



# Läs & Res

2016-2017



Resor i Afrika, Asien och Latinamerika



A photograph of a wooden boat on a pond. The water is dark and still, reflecting the sky. The pond is covered with green water hyacinths. A wooden oar is visible in the boat. A striped cloth is draped over the side of the boat. The text is overlaid on a semi-transparent dark rectangle in the center of the image.

# Vad är en bra resa?

Den frågan har sysselsatt Läs och Res under 37 års tid. Vi strävar efter att skapa resor där omvärldsintresse, äventyr och hållbarhet är tydliga ledord. För oss är det viktigt att våra resor tar dig nära den lokala kulturen och endast lämnar små ekologiska avtryck. Med hjälp av våra lokala reseledare vill vi skapa resor som gynnar lokalbefolkningen på bästa möjliga sätt.

När vi frågar er resenärer om vad ni upplevt som resans höjdpunkt, blir svaret nästan alltid detsamma; det handlar om det mänskliga mötet. Det kan vara på vandringsleden, under byboendet eller kanske på båten eller tåget.

Det är vår förhoppning att din resa med oss blir ett äventyr och att du kommer hem med minnen av möten och upplevelser du aldrig glömmer.



# INNEHÅLL

## AFRIKA

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| TANZANIA.....                                | 7  |
| VANDRA I TANZANIA .....                      | 8  |
| EXPEDITION MERU <b>FAMILJERESA</b> .....     | 9  |
| MADAGASKAR .....                             | 10 |
| MADAGASKARS REGNSKOGAR .....                 | 11 |
| MAROCKO.....                                 | 12 |
| VANDRA I ATLASBERGEN <b>NY RESPLAN</b> ..... | 13 |
| VANDRA I ETIOPIEN .....                      | 14 |
| GHANA .....                                  | 15 |

## ASIEN

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| NORDÖSTRA INDIEN <b>NYHET</b> .....             | 16 |
| SPITIDALEN - HIMALAYAS JUVEL <b>NYHET</b> ..... | 17 |
| CYKLA I KERALA .....                            | 18 |
| SÖDRA INDIEN .....                              | 19 |
| STORA KAMELRESAN <b>FAMILJERESA</b> .....       | 20 |
| VÄSTRA INDIEN .....                             | 21 |
| NATUR I SYDASIEN.....                           | 22 |
| IRAN.....                                       | 23 |
| GREAT HIMALAYAN TRAIL .....                     | 24 |
| VANDRA I ÖSTRA NEPAL .....                      | 25 |
| MONGOLIET.....                                  | 26 |
| SIDENVÄGEN I KINA .....                         | 27 |
| VANDRA I KINA.....                              | 28 |
| ÖSTRA TIBET .....                               | 29 |

## SYDOSTASIEN

|                                            |    |
|--------------------------------------------|----|
| JALAN JAVA .....                           | 30 |
| NYA GUINEA .....                           | 31 |
| ÖSTER OM BALI <b>NYHET</b> .....           | 32 |
| DJUNGELRESAN <b>FAMILJERESA</b> .....      | 33 |
| KAMBODJA .....                             | 34 |
| KAMBODJA - LAOS - VIETNAM .....            | 35 |
| VANDRA I VIETNAM & LAOS <b>NYHET</b> ..... | 36 |
| LAOS .....                                 | 37 |
| BURMA.....                                 | 38 |
| MED TÅG OCH BÅT GENOM BURMA .....          | 39 |
| CYKLA I BURMA <b>NYHET</b> .....           | 40 |
| CYKLA I VIETNAM.....                       | 41 |
| MEKONGDELTATS PÅRLOR <b>NYHET</b> .....    | 42 |
| NORRA VIETNAM .....                        | 43 |
| VIETNAM FRÅN NORR TILL SÖDER .....         | 44 |

## LATINAMERIKA

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| COLOMBIA <b>NYHET</b> .....               | 46 |
| ECUADOR <b>NY RESPLAN</b> .....           | 47 |
| BOLIVIA .....                             | 48 |
| PERU.....                                 | 49 |
| COSTA RICA & NICARAGUA <b>NYHET</b> ..... | 50 |
| GUATEMALA & BELIZE <b>NYHET</b> .....     | 51 |
| MEXIKO.....                               | 52 |
| KUBA .....                                | 53 |
| CYKLA PÅ KUBA.....                        | 54 |
| MUSIKEN PÅ KUBA.....                      | 55 |

## GRADERING AV RESORNA



### LUGNARE

Resa utan större fysisk ansträngning



### VARIERANDE

Resa med viss fysisk aktivitet



### AKTIV

Äventyrlig resa som är fysiskt krävande



### UTMANANDE

Resa som är mycket fysiskt krävande



# NY KATALOG, NYA ÄGARE,

Sedan hösten 2015 ägs Läs & Res av oss; Pontus Wallin och Eric Olofsson. Grundaren av företaget, Christian Jutvik, gav oss då förtroendet att fortsätta förvalta hans idé om att resande även skall vara ett lärande.

Alltsedan Christian grundade Läs & Res 1979 har strävan varit att skapa ett tydligt alternativ till den ordinarie turistindustrin. Som resenär ska du få kunskap och förståelse för de platser du besöker och samtidigt bidra positivt till den lokala utvecklingen.

Många är ni resenärer som genom åren har rest med Läs & Res. Några av er har hört av sig till oss, fler har säkert undrat:  
- Vad kommer nu att hända med Läs & Res?

Till er vill vi säga: det finns ingen anledning till oro! Vi kommer att fortsätta att arbeta i samma anda och med samma resefilosofi som tidigare.

Vi anser att en bra resa är en resa som ger dig fantastiska upplevelser och minnesvärda möten samtidigt som du får en ökad förståelse för livsvillkoren på den plats du besöker.

Våra lokala reseledare är även fortsättningsvis grundpelarna i vår verksamhet. De känner sitt land bäst och genom dem kommer du på ett naturligt sätt in i den lokala kulturen och lär känna den plats du besöker. De kommer att göra allt för att ge dig upplevelser och möten du aldrig glömmer.

I denna katalog presenterar vi flera nya resor. Den bästa överblicken över nya och förändrade resor får du genom att kika i katalogens innehållsförteckning. Tänk på att alla resor inte får plats i denna katalog och att nya resor tillkommer under året. Nyheter brukar bli fullbokade tidigt så håll utkik på vår hemsida eller prenumerera på vårt nyhetsbrev för att vara uppdaterad.

Fortsätt gärna att kontakta oss om du vill prata om gamla eller nya resmål!

Välkommen till Läs & Res 2016-17!

Pontus & Eric





# SAMMA RESEFILOSOFI



**Elisabeth ansvarar för våra resor till Latinamerika, där hon har vistats mycket. Hon är statsvetare med inriktning på utvecklingsstudier och pratar flytande spanska. Hon har många idéer på nya resor till Latinamerika och älskar att dansa kubansk salsa.**



**Pontus är VD och ansvarig för den dagliga verksamheten på företaget. Han ansvarar för våra resor till Afrika och brinner för resande utanför de vanliga turistrutterna. Han är statsvetare och civilekonom samt delägare i Läs & Res.**



**Christian resteländvägen till Indien 1969 och har sedan dess haft ett stort omvärldsintresse. Efter två år för Sida i Bangladesh grundade han Läs & Res 1979. Sommartid trivs han bäst i skog och trädgård, vintertid ses han ofta ute på isarna.**



**Eric är ansvarig för våra resor till Sydostasien och Mongoliet. Han har bott i Vietnam i fyra år och betraktar landet som sitt andra hemland. Sin lediga tid tillbringar han gärna i sommarstugan eller i Sydostasien. Eric är delägare i Läs & Res.**



**Per är expert på Asien och ansvarar för våra resor till Indien, Kina, Nepal och Iran. Han är utbildad fotograf, journalist och statsvetare och talar hindi och tibetanska. Han gillar indisk mat och är en friluftsfantast av rang.**



# VAD HÄNDE UNDER ÅRET SOM GICK?

Utöver många spännande resor bjöd 2015/2016 på en hel del roliga och viktiga händelser. Här är ett axplock.



Sommarfesten ute i Solsidan blev lyckad och välbesökt. Indisk mat, tipspromenad och trevligt umgänge stod på programmet och fyra av våra reseledare var på plats, bland annat Carlos från Guatemala. Resminnen och framtida resplaner diskuterades livligt kvällen lång.



Under premiärresan av Nordöstra Indien sponsrade gruppen två olika barnhem i den fattiga delstaten Arunachal Pradesh. Det är en viktig del av vår resefilosofi att våra resor på olika sätt ska bidra till att stötta människor och organisationer i de regioner vi besöker.



Under resan till Bolivia besökte gruppen byn San José i Bolivias Amazonas. 82 familjer bedriver där tillsammans ekoturism för att skydda denna avlägsna plats från exploatering. Vinsten återinvesteras i byn och hittills har man byggt en skola och en vårdcentral.



Utöver våra resekvällar i Stockholm genomförde vi en handfull lyckade resekvällar i Växjö, Kalmar, Malmö, Falun och Gävle. Tanken är att vi framöver ska komma ut mer i landet och besöka er som bor i städer där vi sällan eller aldrig satt vår fot.



Tack till dig som har klimatkompenserat din resa! Hittills har ni tillsammans bidragit med 19 634 kr till vårt biogasprojekt i Karnataka i Södra Indien. Bönderna kan med hjälp av anläggningarna använda biogas istället för ved och fotogen för att laga mat och på så vis minska sitt koldioxidutsläpp. Varje anläggning genererar ett minskat utsläpp på 8 ton koldioxid varje år.



En vecka innan jul gick flyttlasset till Lundagatan 27 på Södermalm i Stockholm. Vi är glada över att vara tillbaka på Söder och ni är hjärtligt välkomna att komma förbi och diskutera resor eller bara ta en kopp kaffe och prata gamla resminnen.





Skymning på savannen i norra Tanzania. Foto: Jessica Seger

## Savann, bergsregnskog och segling med dhow till Zanzibar

Följ med på en spännande och anorlunda resa till Tanzania. Landet har mycket mer att erbjuda än savann och vilda djur. Safari blir det, men höjdpunkten är att vakna upp i byn Chome och blicka ut över det grönskande bergslandskapet. Härifrån vandrar du i bergsregnskog. Till Zanzibar seglar du på natten med en traditionell dhow. Stjärnorna visar vägen till kryddornas ö.

### Dag 1-2 Arusha

Samling på hotellet i Arusha. Dagen efter får du en snabblektion i swahili inför din upptäcksfärd i staden.

### Dag 3-4 Tarangire och Ngorongoro NP

Med landcruiser till Tarangire nationalpark. Tarangire är en av de parker som har högst koncentration av vilda djur. Här kan du se mycket av den välkända östafrikanska faunan, som giraffer, zebbor, bufflar, antiloper, elefanter och lejon. Savannen är öppen och du kommer att få se det mesta du hoppats på. Nästa morgon vidare till

Ngorongorokratern som är ett av världens mest berömda naturområden. Djurlivet är överväldigande rikt året om på grund av kratersjön.

### Dag 5 Byn Same

På morgonen tillbaka till Arusha och vidare med buss till Same där du övernattar.

### Dag 6-10 Byvistelse & bergsregnskog

Buss på morgonen längs en slingrande bergsväg till byn Chome i södra Parebergen. Inkvartering hos familjer i denna ganska välmående by, där flertalet försörjer sig på att odla grönsaker, majs, bananer och kassava. Chome ligger på 1900 meters höjd i en bördig dal. Härifrån vandrar du några dagar i bergsregnskogen i Chome Forest Reserve. Programmet är flexibelt och ni delar upp er i mindre grupper som gör längre eller kortare vandringar. Från högsta toppen Shengena Peak ser du en klar dag Kilimanjaros topp. Vill du inte vandra går det bra att stanna i Chome och delta i din familjs sysslor samt besöka marknaden, skolan, kliniken och kyrkan. Sista dagen åter till Same.

### Dag 11-12 Dar es-Salaam

Med buss till Dar es-Salaam, landets största stad med omkring tre miljoner invånare och en livlig hamnstad. På marknaderna finns tinga-tinga-målningar, makondekonst och andra souvenirer.

### Dag 13-14 Bagamoyo

Vidare norrut till Bagamoyo, en av de historiskt mest intressanta platserna längs Swahilikusten. Här påbörjades karavanerna och utforskandet mot Afrikas inre. Burton, Livingstone och Stanley startade alla här. Bagamoyo blev senare utskenningshamn för elfenben och slavar samt huvudstad i Tyska Östafrika. När tidvattnet stigit tillräckligt seglar du under stjärnorna med traditionell dhow mot Zanzibar.

### Dag 15-18 Zanzibar, kryddornas ö

På morgonen seglar du in i Stonetowns hamn. Här får du tid att ströva runt på egen hand. I de vindlande, vitkalkade gränderna med dess arabiska arkitektur är det lätt att gå vilse. Njut av lækker mat från flera kulturer. Vanliga kryddor är kardemumma och kanel. Kryddsafari rekommenderas. Med särskilt tillstånd besöker vi en dag den närliggande ön Tumbatu.

### Dag 19 Avslut i Dar es-Salaam

Snabb bärplansbåt tillbaka till Dar es-Salaam där resan avslutas.

### Reseledare



#### Hamisi Gyori

Född 1964. Arbetat för oss sedan 1999. Bor till vardags i Dodoma där han arbetar med det nationella skogsprogrammet. Allmänt mycket kunnig och välinformerad om sitt land.



| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 19    | 5 - 15    |        | 3 300 kr      |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 15 dec    | 3 jan  | 19 700 kr     |
| 2017  | 6 feb     | 24 feb | 19 700 kr     |
|       | 2 okt     | 20 okt | ring för pris |







Äntligen uppe på toppen av Kilimanjaro! Foto: Annie Lundahl

## Vandra med massajer och bestig Kilimanjaro

På denna resa erbjuder vi verkliga äventyr! Du möter savannens djur i Tarangire och den berömda Ngorongorokratern. Därefter vandrar du med massajer vid Mt Longido. Till sist bestiger du Kilimanjaro, Afrikas högsta berg. Som tillval efter dessa äventyr kan du välja att avrunda med lite kultur och avkoppling. Från Bagamoyo gör du då en spännande nattsegling med traditionell dhow till Zanzibar för några avslutande dagar på kryddornas ö.

### Dag 1 Arusha

Samling på vårt hotell i Arusha. Flygplatsen heter naturligtvis Kilimanjaro!

### Dag 2-3 Tarangire och Ngorongoro NP

Med landcruiser till Tarangire nationalpark. Tarangire är en av de parker som har högst koncentration av vilda djur. Här kan du se mycket av den välkända östafrikanska faunan. Nästa morgon vidare till Ngorongorokratern som är ett av världens mest berömda naturområden.

### Dag 4-7 Vandra med massajer

Buss till Longido som är centrum för massajer i Tanzania och Kenya. I fyra dagar vandrar du med massajer kring Mt Longido. Du bär endast den packning du behöver för dagen. Gruppen slår läger utanför massajernas bomas. Längs vägen möter du massajer med boskapshjordar och en hel del djurliv. Det finns chans att se antiloper, gazeller, elefanter, gnuer, bufflar, zebbor, giraffer och ett stort antal fåglar.

### Dag 8-9 Arusha

Du återvänder till Arusha, denna gång för att vila och göra de sista förberedelserna inför bestigningen av Kilimanjaro.

### Dag 10-15 Bestig Kilimanjaro

Du följer Machameleden mot toppen. Den valda leden är anpassad för att underlätta höjdanpassningen så att så många som möjligt skall nå toppen. Vandringen börjar i molnskog. Senare kommer du upp på alpina ängar med jättelobelior. Du når Uhuru Peak på 5895 meter, den högsta toppen i Afrika. Att bestiga Kilimanjaro är fysiskt krävande, så god kondition är nödvändigt. De flesta kommer dock upp! Övernattningar sker i tält.

### Dag 16 Resan avslutas

Ordinarie resa avslutas i Moshi.

**Som tillägg på denna resa fortsätter programmet enligt nedan.**

### Dag 16 Dar es-Salaam

Buss till Dar es-Salaam, landets största stad med omkring 3 miljoner invånare.

### Dag 17-18 Bagamoyo

Vidare norrut med buss till Bagamoyo, en av de historiskt mest intressanta platserna längs Swahilikusten. Här startade karavanerna och utforskandet mot Afrikas inre. Senare en utskeppningshamn för elfenben och slavar samt huvudstad i Tyska Östafrika. När tidvattnet stigit tillräckligt seglar du under stjärnorna med traditionell dhow till Zanzibar.

### Dag 19-21 Zanzibar

Ankomst till Zanzibar och Stonetown på morgonen. Under några dagar upptäcker du kryddornas ö och Afrikas kanske mest historiskt intressanta stad med dess vindlande gränder.

### Dag 22 Avslut i Dar es-Salaam

Snabb bärplansbåt tillbaka till Dar es-Salaam där resan avslutas.

| Dagar       | Deltagare | Enkelrum      |
|-------------|-----------|---------------|
| 16 alt. 22  | 6 - 12    | 3 400 kr      |
| Start       | Avslut    | Pris          |
| 2016 12 okt | 3 nov     | 32 400 kr     |
| 2017 11 jun | 26 jun    | ring för pris |
| 20 dec      | 4 jan     | ring för pris |

Ring oss om datum och pris för tillägg 2017.



### Reseledare



#### Hamisi Gyori

Född 1964. Arbetat för oss sedan 1999. Bor till vardags i Dodoma där han arbetar med det nationella skogsprogrammet. Allmänt mycket kunnig och välinformerad om sitt land.







Stigen går genom förtrollande molnskog på 3000 meters höjd. Foto: Christian Jutvik

## Afrikanska äventyr

Denna familjeresa är ett riktigt afrikanskt äventyr! Du vandrar upp på Mt Meru – Afrikas femte högsta berg. Du bör vara lite äventyrlig för att klara vandringen, men du behöver inte gå hela vägen upp för att känna pirret! Dessutom får du se vilda djur, vandra i orörd regnskog, bo i en by och snorkla över korallreven på Ugunja (Zanzibar).

### Dag 1 Arusha

Samling på vårt hotell i Arusha.

### Dag 2-3 Safari i Tarangire & Ngorongoro

Tarangire nationalpark är en av de parker som har högst koncentration av vilda djur. Här ser du de flesta av de mest välkända östafrikanska djuren såsom giraffer, zebbor, bufflar, antiloper, elefanter och lejon. Kanske även leopard. En hel dag är du inne i parken och letar efter djur på savannen. Nästa morgon vidare till Ngorongorokratern som är ett av världens mest berömda naturområden. Djurlivet är överväldigande rikt året om och har du tur ser du även noshörning.

### Dag 4 Besök en massajby

Tillbaka till Arusha och vidare med buss till foten av Mt Meru. På vägen besöker du en Massai boma.

### Dag 5-8 Vandring på Mt Meru

Vandring under fyra dagar uppför den slocknade vulkanen Meru. En lätt vandring uppåt, först till Miriakamba hut (2500 m), nästa dag till Saddle hut (3500 m). Bärare tar din packning, mat och köksutrustning. Du kan helt ägna dig åt att njuta av förändringarna i naturen, från savann, genom dimmig molnskog upp till platåer med jätteljung. Ni bor i fina men enkla fyrbäddssrum. Dag sju kan du välja – antingen går du upp på stora Meru (4562 m) vilket är en mer krävande vandring, eller så gör du en lättare vandring upp på lilla Meru (3801 m). Vad du än väljer så får du fantastiska vyer över savannerna och Kilimanjaro. Dag åtta vandrar du nedför berget och säger farväl till bärare, kockar och bergsguiden. Vidare med buss till Same.

### Dag 9-11 Byvistelse

Med Landcruiser längs en slingrande bergsväg till byn Chome i Parebergen. Inkvartering hos utvalda familjer i denna ganska välmående by där flertalet försörjer sig på att odla grönsaker, korn, bananer och kassava. Här får du delta i din familjs sysslor, besöka skolan, kliniken och kyrkan.

### Dag 12-14 Vandring i bergsregnskog

Vandring under några dagar i bergsregnskogen i Chome Forest Reserve. Lokala guider visar vägen och bärare tar er packning upp genom en vidunderlig trolldskog. Våra kockar håller er mätta.

### Dag 15 Buss till Dar es-Salaam

Till Dar es-Salaam med Scaniabuss.

### Dag 16-17 Södra Zanzibar

Båt till Stonetown på den stora ön Ugunja (Zanzibar). Ströva genom gränderna i denna historiska stad som en gång var centrum i denna del av världen. En dag gör ni en kryddsafari; peppar, kryddnejlika, kardemumma, vanilj, kanel mm. Den andra dagen besöker ni Jozaniskogen, den enda ursprungliga skog som finns kvar på Ugunja.

### Dag 18-20 Norra Zanzibar

Med *dalla dalla* tar du dig norrut på Ugunja. Lukten av kryddnejlika ligger tung när du far genom byarna. Dagar med bad, snorkling och god mat. Med en *dhow* seglar ni under en dag till Mnembaatollen och snorklar vid korallrev.

### Dag 21 Dar es-Salaam

På förmiddagen med supersnabb båt till Dar es-Salaam där resan avslutas.

| Dagar | Deltagare |         |           |
|-------|-----------|---------|-----------|
| 20    | 6 - 14    |         |           |
|       | Start     | Avslut  | Pris      |
| 2016  | 15 jul    | 4 aug   | 23 800 kr |
|       |           | < 12 år | 16 800 kr |
| 2017  | 17 jul    | 5 aug   | 22 800 kr |
|       |           | < 12 år | 16 200 kr |



### Reseledare



#### Hamisi Gyori

Född 1964. Arbetat för oss sedan 1999. Bor till vardags i Dodoma där han arbetar med det nationella skogsprogrammet. Allmänt mycket kunnig och välinformerad om sitt land.







Fascinerande Avenue de Baobab. Foto: Ferenc Dobay

## Som en egen världsdel

Madagaskar liknar inget annat. Många växter och djur är endemiska för ön, de finns bara här. Lemurer och kameleonter ser du ofta. Du får vandra i regnskog, i torr skog med kaktusliknande träd och bland märkliga bergsformationer. Du besöker också byar på höglandet.

### Dag 1-2 Antananarivo

Samling på vårt hotell i huvudstaden Antananarivo, lokalt kallad Tana. Andra dagen gör du en stadsvandring. Tana ligger på 1400 m höjd och är en mycket kuperad och vacker huvudstad.

### Dag 3 Miandrivazo

Via fina vägar till Antsirabe och därefter vidare på betydligt sämre vägar till Miandrivazo.

### Dag 4-5 Båt på floden Tsiribihina

I Miandrivazo går du på en båt som under några dagar långsamt tar dig nedströms längs floden Tsiribihina. Övernattning sker i tält invid byar. Nära kusten väntar fordon som tar dig till nationalparken Tsingy de Bemahara. På kvällen ser du de märkliga kalkstensformationerna – tsingys.

### Dag 6-7 Grand Tsingy Nationalpark

Du vandrar i Grand Tsingy bland hisnande kalkstensformationer med rakbladsvassa toppar. Delvis går stigarna genom skog där du ser en hel del lemurer, bl a den vackra White Decken's Sifaka.

### Dag 8-9 Avenue de Baobab & Morondava

Med fordon till Morondava via två färjor och ikoniska Avenue de Baobab. Hotellet ligger vid stranden.

### Dag 10 Toliara

Flyg till Toliara. Övernattning i Tulear.

### Dag 11-13 Vandring i Isalo Nationalpark

Buss till Isalo Nationalpark. Två dagar med vandring i ett spännande, storslaget landskap med torra grässlätter och kala bergsformationer.

### Dag 14-15 Finarantsoa och tåg till kusten

Buss till Finarantsoa. Längs vägen stannar du vid ett litet privat reservat där du får möjlighet att komma nära den ringsvansade lemuren. Från Finarantsoa tar du ett smalspårigt tåg mot Manakara vid östkusten. Tågen från den franska kolonialtiden är långsamma, men fram kommer du!

### Dag 16 Båt längs Canal des Pangalanes

Från Manakara med båt längs Canal des Pangalanes, ett system av floder, sjöar och grävda kanaler.

### Dag 17-18 Ranomafana Nationalpark

Buss till Ranomafana Nationalpark. Bergens branta östsluttningar är täckta med regnskog och nederbörden är riklig. Många olika stigar erbjuder vandringar för alla smaker. Duktiga guider hjälper dig att hitta lemurer och kameleonter.

### Dag 19-20 Kolonial prägel i Antsirabe

På morgonen med buss till Antsirabe med tydlig kolonial prägel och mängder med handdragna rickshaws, *pousse-pousse*.

### Dag 21-22 Vandra på landsbygden

Vandring i små grupper på landsbygden mellan byar. Flexibiliteten är stor, du väljer själv hur långt och fort du går. På våren skördas riset och stämningen i byarna är hög.

### Dag 23-25 Antananarivo

Tillbaka till Tana. Flyg- och tågtransporterna på Madagaskar är mycket opålitliga. Därför behöver vi en dag i reserv. Resan avslutas dag 25.

| Dagar | Deltagare |          | Enkelrum      |
|-------|-----------|----------|---------------|
| 25    | 5 - 12    |          | 3 300 kr      |
|       | Start     | Avslut   | Pris          |
| 2016  | 5 nov     | 29 nov   | 23 500 kr     |
| 2017  | 1 april   | 25 april | 24 200 kr     |
|       | 10 jun    | 4 juli   | 24 200 kr     |
|       | 4 nov     | 28 nov   | ring för pris |



### Reseledare



### Rivomahefa Rarivosoa (Rivo)

Ledare för våra resor sedan 2006. Bor i Tana med fru och två barn. Driver eget reseföretag och talar utöver engelska och franska även japanska. Mycket kunnig och intresserad av natur.







Kameleoner är lätta att fotografera. Det finns över 200 arter på ön. Foto: Christian Jutvik

## En dröm för naturälskare

En ambitiös naturresa som tar dig till platser och upplevelser som vi annars bara ser i TV-dokumentärer med Sir David Attenborough! Madagaskar skildes från den afrikanska kontinenten för 90 miljoner år sedan, därför är många djur och växter endemiska och artrikedomen fantastisk.

Du gör vandringar i fyra nationalparker. Upplägget är ofta flexibelt där du kan välja mellan att gå på längre eller kortare turer.

### Dag 1-2 Antananarivo (Tana)

Samling på vårt hotell i Tana. Här gör du en stadsvandring i den vackra huvudstaden.

### Dag 3-4 Lemurer i Analamazaotra

Med buss österut till nationalparken Analamazaotra. På stigar tar du dig in i regnskogen till världens största lemurart, indrin. De blir cirka en meter höga, saknar nästan helt svans och hörs på flera kilometers avstånd när de markerar sitt territorium. Du gör vandringar på morgonen, på eftermiddagen och särskilda nattvandringar.

### Dag 5 Kameleoner i Mantadia

Nationalparken Mantadia är täckt av regnskog. Här får du se häpnadsväckande kameleontarter som den osannolika lövsvansade kameleonten och Parsons kameleont – världens största! Kameleonter är lättfotograferade – de sitter still och rör sig ytterst långsamt. Gillar du grodor? Här finns över 100 arter!

### Dag 6-7 Med tåget Dia Soa till kusten

Med buss till Moramanga. Morgonen därpå stiger du på ett av jordens märkligaste tåg, *Dia Soa* (som betyder Trevlig Resa) som tar dig till kusten. Tåget är en kvarleva från den franska kolonialtiden. Smalspårigt med en topphastighet på hela 40 km/h! En tågresan du aldrig glömmmer.

### Dag 8-9 Båt genom Pangalanes & Rianila

Båt längs vattenvägen Pangalanes, ett system av floder, sjöar och grävda kanaler. Här finns ett spännande fågelliv. Senare kör båten längs floden Rianila och kommer slutligen fram till sjön Ampitabe. Här bor vi i eleganta bungalows i ett privat naturreservat med många halvtama lemurer.

### Dag 10 Båt till Toamasina

Båt till Toamasina. Staden har en livlig atmosfär och en bedagad charm från kolonialtiden.

### Dag 11-12 På färd längs vaniljkusten

Med buss på dåliga vägar längs vaniljkusten till den lilla staden Soanierana Ivongo. Tidigt dagen efter reser du med en modern reguljär båt norrut längs kusten till Maroansetra.

### Dag 13 Båt till ön Nosy Mangabe

Ön Nosy Mangabe, en paradisö med mycket rikt djurliv och fina korallrev. Redan i början av 1600-talet bodde européer här. Senare blev dock ön ett fäste för pirater.

### Dag 14-16 Masoala Nationalpark

Landets största nationalpark är klassat som världsarv av UNESCO och är ett av jordens "nature hotspots". Här gör du vandringar men du kan även besöka den marina delen av parken där du kan snorkla och spana efter sköldpaddor.

### Dag 17-19 Antananarivo & Ambohimanga

Båt tillbaka till Maroansetra och flyg till Tana. Vi besöker Ambohimanga, den gamla kungaborgen som nu är ett kulturellt centrum. Resan avslutas dag 19.

| Dagar | Deltagare | Enkelrum |               |
|-------|-----------|----------|---------------|
| 19    | 7 - 14    | 2 300 kr |               |
|       | Start     | Avslut   | Pris          |
| 2016  | 18 okt    | 5 nov    | 25 500 kr     |
| 2017  | 17 okt    | 4 nov    | ring för pris |

### Reseledare



### Rivomahefa Rarivosoa (Rivo)

Ledare för våra resor sedan 2006. Bor i Tana med fru och två barn. Driver eget reseföretag och talar utöver engelska och franska även japanska. Mycket kunnig och intresserad av natur.







Vindlande gränder i Marrakech. Foto: Siv Domeij

## Från hav till öken

Lär känna Marocko. Denna resa låter dig uppleva den lokala kulturen i Marockos mångfacetterade miljöer. Resan går från staden Tanger vid infartsleden till Medelhavet, via Chefchaouen och Fes, över Atlasbergen till öken nära den algeriska gränsen. Från öken går resan västerut mot kusten för några avkopplande dagar i hamnstaden Essaouira.

### Dag 1 Marrakech och nattåg till Tanger

Samling i Marrakech. Redan samma kväll reser du vidare med nattåg norrut mot Tanger.

### Dag 2 Tanger

Du anländer tidigt på morgonen och du har en heldag i Tanger. Hotellet ligger nära hamnen så nygrillad fisk kan rekommenderas. Ta även en tur upp till Cap Spartel, med utsikt över kusten.

### Dag 3 Chefchaouen - Den blå staden

Förmiddagen ägnas åt Tanger. Sedan tar du bussen till Chefchaouen, den vackra och charmiga "blå staden" som ligger vid foten av Rifbergen.

### Dag 4-5 Gäst hos en familj i Chefchaouen

Under två dagar följer du en lokal familj i deras vardagsbestyr och tar del av Chefchaouens unika atmosfär. Vidare med buss till Fès där du bor inne i den gamla medinan (muromgärdad stadskärna).

### Dag 6-7 Den gamla handelsstaden Fès

Två dagar tillbringas du i denna spännande gamla handelsstad, den ena med lokal guide och den andra på egen hand. Du hinner se färgerier för läder, kopparslagerier, alla småbutiker i medinan och moskén Al-Kairouine med världens äldsta universitet. Sista kvällen reser du med buss till Azrou, en stad i mellersta Atlasbergen, där du övernattar i en Gite (enklare boende som är vanligt i Atlasbergen).

### Dag 8 Mellersta Atlasbergen

Denna dag utforskar du Azrou som är en Berberstad med ca 50 000 invånare.

### Dag 9 Merzouga, en utpost i öken

Hela denna dag, med undantag för matstopp, färdas du med buss över bergen ut till Merzouga, en utpost i öken. Ett grönt bergslandskap med fläckar av snö övergår i ett ökenlandskap med hisnande bergsformationer och gröna oaser.

### Dag 10-11 Med dromedar ut i öken

Du utgår från den kasbah (hotell byggt som ett ökenfort) vi övernattat i och rider med dromedarer till ett läger i öken. Där sover du i tält eller under bar himmel i tystnaden. Sista dagen bär det av till oasen Skoura, som är omgiven av palmer.

### Dag 12-14 Världsarv och byvistelse

Nu reser du vidare västerut ända till Ouarzazate och Ait Benhaddou. Här ligger en Kasbah som är ett UNESCO världsarv. Du bor i den lilla charmiga bergsbyn Tighza där du tar del av familjernas dagliga liv. Vägen mot Essaouira via Marrakech slingrar sig över Col du Tichka som ligger på 2260 meter.

### Dag 15-16 Fiskebyn Essaouira

Två hela dagar tillbringas du i fiskebyn Essaouira vid kusten. Här möter du ett avspänt Marocko i miniatyr.

### Dag 17-19 Marrakech

Buss till Marrakech för två avslutande dagar med bland annat stadsvandring och besök av Djemma el-Fna, det stora torget i centrala Marrakech. Resan avslutas dag 19.

| Dagar | Deltagare |         | Enkelrum      |
|-------|-----------|---------|---------------|
| 19    | 4 - 16    |         | 2 300 kr      |
|       | Start     | Avslut  | Pris          |
| 2016  | 22 dec    | 9 jan   | 15 800 kr     |
| 2017  | 6 mars    | 24 mars | 15 800 kr     |
|       | 6 nov     | 24 nov  | ring för pris |



### Reseledare



#### Khaled Lamlih

Född 1982. Khalid är Amazigh Berber, uppvuxen i Atlasbergen. Arbetar som bergsguide. Älskar friluftsliv och att visa upp sin kultur för besökare. Talar tamazigh (Berber), arabiska, engelska, franska och spanska. Trivs bäst hemma i Atlasbergen.







Vandring bland berberbyar i Rose Valley.

## Byar du endast når till fots

En spektakulär vandringsresa! Under sammalat åtta vandringsdagar gör du två vandringar både i Höga och Mellersta Atlas. Du övernattar i öknen och tar del av vardagen i en bergsby. Det mest bestående minnet från resan blir sannolikt dina möten med lokalbefolkningen i alla de byar du besöker.

### Dag 1 Marrakech

Samling på vårt hotell i Marrakech.

### Dag 2 Draadalen

Med buss till Draadalen som ligger i ett magiskt landskap. Här finns dadelpalmer, jordbruk och byar gjorda av lera, allt med en bakgrund av berg i ökenlandskap. Regionen har många kasbahs (medina eller ökenfort). Övernattning i Agdz.

### Dag 3 Buss till Merzouga

Denna dag färdas du med buss till Merzouga, en utpost i öknen nära gränsen till Algeriet. Ett grönt bergslandskap med fläckar av snö övergår i ett ökenlandskap med hisnande bergsformationer och gröna oaser.

### Dag 4-5 Med dromedar ut i öknen

Du utgår från den kasbah du övernattat i och rider med dromedarer till ett läger i öknen. Där sover du i tält eller under bar himmel i tystnaden. Dagen efter rider du tillbaka och fortsätter sedan till Todra på vägen mellan öknen och Höga Atlas.

### Dag 6 Todra

Sandstensklipporna i Todraravinen anses vara en av Marockos mest spektakulära platser. Dagen spenderas här innan färden fortsätter mot Bou Tharar och vår utgångspunkt för vandringen i Rose Valley.

### Dag 7-9 Vandring i Rose Valley

Vandring under tre dagar i ett mycket naturskönt område där Höga Atlas möter öknen. Området kännetecknas av traditionella samhällen där odling av rosor är den största inkomstkällan. Området har en unik blandning av fantastiska stenformationer, floder och gamla kasbahs. Under vandringen övernattar du i en gite eller hemma hos familjer.

### Dag 10 Världsarvet Ait Benhaddou

Vidare västerut till Ouarzazate och Ait Benhaddou där du hittar en kasbah som är ett UNESCO världsarv. Du bor i den lilla charmiga bergsbyn Tighza där du tar del av familjernas dagliga liv.

### Dag 11-15 Vandring i Höga Atlas

Buss och landrover till Tighremt n'Ouazdidene, vid foten av Atlasbergen där du påbörjar några dagars vandring över bergen. Slutmålet är byn Setti Fatma, i bergskedjan Höga Atlas. Du övernattar i tält och i byar längs vägen. Här finns inga vägar så du tar dig fram till fots eller rider på mulor. I Setti Fatma besöker du de sju vattenfallen. Sista dagen med buss till Marrakech.

### Dag 16-17 Marrakech

En dag med vila i Marrakech. Besök gärna basarer runt Djemma el-Fna, det stora torget i den gamla medinan. Här äter du dig mätt i de för kvällen uppställda matserveringarna. Resan avslutas dag 17.

**OBS! Resan som sker med start i september 2016 är 22 dagar lång och följer den gamla resplanen. Se resplanen för den resan på vår hemsida!**

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum           |
|-------|-----------|--------|--------------------|
| 17    | 5 - 14    |        | 2 200 kr           |
|       | Start     | Avslut | Pris               |
| 2016  | 18 sep    | 9 okt  | 18 700 kr (22 dgr) |
| 2017  | 18 april  | 4 maj  | 14 700 kr (17 dgr) |
|       | 26 sep    | 12 okt | ring för pris      |

### Reseledare



#### Khaled Lamlih

Född 1982. Khalid är Amazigh Berber, uppvuxen i Atlasbergen. Arbetar som bergsguide. Älskar friluftsliv och att visa upp sin kultur för besökare. Talar tamazigh (Berber), arabiska, engelska, franska och spanska. Trivs bäst hemma i Atlasbergen.







En Gelada håller uppsikt över vandrare i Simienbergen. Foto: Juha Karvonen

## Vandring, djurliv och världsarv

Stora delar av Etiopien har ett dramatiskt landskap med höga berg och djupa dalar. Du reser söderut längs Rift Valley, till Arba Minch, beläget vid en av de vackra sjöarna där det kryllar av djur. Därefter upplever du höglandet och fem dagars vandring i Simienbergen, Afrikas tak. Här kommer du nära djurlivet som är känt från BBC-serien Planet Earth. I världsarvet Lalibela häpnar du över klippkyrkorna och gör en unik tvådagarsvandring i bergen.

### Dag 1 Addis Abeba

Samling på hotellet i Addis. Etiopiens huvudstad är en stor och utspridd stad, belägen på 2300 m.

### Dag 2 Ner genom Rift Valley

Resan fortsätter söderut med buss. Längs Rift Valley till staden Awasa. Längs stranden ser du pelikaner och maraboustorkar.

### Dag 3-4 Arba Minch & Lake Chamo

Vidare söderut längs Rift Valley till Arba Minch, en

vacker stad omgiven av berg och sjöar. Du besöker Nech Sar Nationalpark dit du kommer med båt över Lake Chamo. Du kommer att se nilkrokodiler och flodhästar.

### Dag 5-6 Bo hos Dorzefolket

Norr om Arba Minch, på 3000 meters höjd, ligger småstaden Chenchä. Här inkvarteras du hos en lokal familj i en av byarna. De traditionella husen ser ut som bikupor byggda med långa grässtrån.

### Dag 7 Addis Abeba

Flyg tillbaka till Addis Abeba.

### Dag 8-9 Kloster, palats och änglakyrkor

Flyg till Bahir Dar där du spenderar dagen med att besöka kloster på Tanasjön. Dagen efter vidare till Gondar som tidigare var Etiopiens huvudstad. Här finner du välbevarade slott och palats byggda av olika kejsare.

### Dag 10-14 Vandring på Afrikas tak

Fem dagars vandring i Simienbergen på Afrikas tak, i närheten av Etiopiens högsta berg Ras Dashen. Ett fantastiskt landskap med hisnande stup, jättelobelior och ett unikt djurliv med babianer och ibexfår. Under vandringen bor du i tält och kocken lagar din mat. Målsnor bär din packning. Utsikten under vandringen är makalös.

### Dag 15 Klippkyrkorna i Lalibela

Flyg till världsarvet Lalibela som på 1100-talet var Etiopiens huvudstad. Här ser du de världsberömda klippkyrkorna, huggna rakt ner i berget. Kyrkorna binds samman med ett nätverk av gångar och används aktivt för gudstjänster varje dag.

### Dag 16-17 Vandring från Lalibela

Från Lalibela utgår vi för en tvådagars spektakulär vandring. Färden går till ett högt beläget boende som drivs av kringliggande byar. Du vandrar på bra stigar uppåt, förbi byar och åkrar där människor hälsar dig välkommen. Väl uppe befinner du dig vid en av Etiopiens mest spektakulära inkvarteringar. 360 graders utsikt från 3500 m höjd!

### Dag 18-19 Addis Abeba

Flyg till Addis. Här finns mycket kvar att se. Besök exempelvis Afrikas största marknad – Mercato. Resan avslutas i Addis dag 19.



### Reseledare



#### Fasil Mesfin

Född 1977. Har en masterexamen i turism. Driver sedan lång tid en egen trekking agency i Gondar. Fågelskådare som gillar att vara ute och vandra i bergen. På olika sätt engagerad i hållbar turism som gynnar lokalbefolkningen.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 19    | 5 - 14    |        | 2 900 kr      |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 14 nov    | 2 dec  | 22 700 kr     |
| 2017  | 6 feb     | 24 feb | 22 700 kr     |
|       | 13 nov    | 1 dec  | ring för pris |







Lång trappa ner till en strand nära Butre i södra Ghana. Foto: Lars-Olof Hellberg

## Slavfort, nationalparker och byar på Afrikas Guldkust

I Ghana tror man på framtiden. Här har demokratin fått fäste och landet beskrivs ofta som en av Afrikas framgångssagor. Du besöker en by där du får tillfälle att bekanta dig med ghanansk vardag. I regnskogen går du på hängbroar högt uppe bland trädkronorna och i Mole nationalpark strövar du fritt bland antiloper, babianer och elefanter i savannskogen. Under resan besöker du även de fort som på 1600-talet användes för handel med timmer, guld och slavar.

### Dag 1-2 Accra

Samling på vårt hotell i Ghanas huvudstad. En rundtur tar dig bland annat till Jamestown och Independence Square.

### Dag 3-4 Med båt över Voltasjön

Buss till Akosombo vid Voltasjön och därifrån med passagerarfärja norrut på den jättelika dammen. Båten går en gång i veckan. Nästa dag är du framme i Yeji.

### Dag 5 Tamale

Med liten båt över floden och vidare till Tamale, norra Ghanas kulturella centrum.

### Dag 6-7 Byvistelse

Färden fortsätter i hyrd buss till byn Achunbunyo. Här bor du enkelt, deltar i de sysslor du vill och äter tillsammans med din familj. Du får en unik möjlighet att uppleva ghanansk kultur och även en inblick i livsvillkoren här. På eftermiddagen den andra dagen åker du vidare till Mole nationalpark.

### Dag 8-9 Mole nationalpark

I Mole går du med guide fritt ut på den tätt bevuxna savannen. Här kan du se antiloper, babianer, vildsvin, näshornsfågel och elefanter.

### Dag 10-11 Kumasi

Buss till Kumasi, tidigare huvudstad i Ashantiriket. Här finns tid att utforska museer, fortet och marknader eller besöka kentevävarna i Bonwire.

### Dag 12 Tarkwa och guldgruvorna

Vidare till Tarkwa, som ligger i gruvdistriktet. Du får följa processen med att utvinna guld.

### Dag 13-14 Fiskebyn Butre

Vidare till Butre, en liten fiskeby vid kusten. Under två dagar får du njuta av fina stränder eller göra olika utflykter t ex till Mzulezu, en pittoresk by

byggd på pålar i havet. Det går också att göra vandringar längs kusten eller en kanotfärd upp för floden.

### Dag 15-16 Slavforten i Cape Coast

Till Cape Coast och Elmina. Besök fortet och få en historisk inblick i de platser där slavar sattes inspärrade. Fortet i Cape Coast, som konstruerades av svenska ingenjörer på 1600-talet, byggdes av slavar och hette då Carolusborg.

### Dag 17 Hängbroar i Kakum nationalpark

I Kakum nationalpark vandrar du i en väl bevarad del av den västafrikanska regnskogen. Det är en upplevelse att gå på systemet av hängbroar i trädkronorna – 350 meter långt, 28 meter över marken. Buss till Accra på eftermiddagen.

### Dag 18 Accra

Resan avslutas.

| Dagar | Deltagare | Enkelrum |           |
|-------|-----------|----------|-----------|
| 18    | 6 - 14    | 2200 kr  |           |
|       | Start     | Avslut   | Pris      |
| 2016  | 19 nov    | 6 dec    | 16 700 kr |
| 2017  | 11 nov    | 28 nov   | ring      |

### Reseledare

#### George Sunday Anafo

George kommer från nordöstra Ghana men bor nu i Cape Coast. Visar gärna upp Ghanas kultur och traditioner, men det är mötet med alla ghananer som är hans verkliga drivkraft som reseledare. Ledde sin första resa för Läs & Res 2015.

#### Robert Oteng Appau

Leder också denna resa.







I Kaziranga finns det gott om noshörningar. Foto: Per Engström

## Minoritetsfolk och regnskog i östra Himalaya

Resan tar dig till det okända nordöstra Indien. Här vid Himalayas östra sluttningar hittar du Indiens sista orörda regnskog och många minoritetsfolk. Följ med till Kaziranga med ett enastående djurliv och världens största population av noshörningar. Du färdas på Brahmaputrafloden, bor hos en familj på ön Majuli och besöker Indiens största kloster, Tawang, nära Tibet och Bhutan.

### Dag 1 Samling i Calcutta

Samling på vårt hotell i Calcutta, östra Indiens största stad.

### Dag 2-3 Calcutta – glädjens stad

Du får chansen att utforska 15 miljonersstaden under två dagar. Besök Moder Teresas ashram, ta del av det fantastiska kulturutbudet och ät gott. Dag 3 nattåg till Guwahati på eftermiddagen.

### Dag 4 Guwahati

Guwahati är porten till det orörda Nordöstra Indien, även kallat "de sju systrarna" (syftar på

områdets sju delstater). Du besöker flera tempel och det intressanta Kalakshetra art center.

### Dag 5 Kaziranga Nationalpark

Efter lunch går resan till en av Asiens bästa nationalparker, Kaziranga. Det här är Djungelboken på riktigt. Du bor med djungeln utanför dörren.

### Dag 6-7 Noshörningar, elefanter, tigrar

Under två dagar får du ta del av Kazirangas rika flora och fauna. Dina erfarna guider tar dig nära djur som hjort, noshörning, elefant, vattenbuffel, mängder av fåglar och om du har tur, tiger.

### Dag 8 Båt på Brahmaputra till Majuli

Efter en mäktig båtfärd på Brahmaputrafloden anländer du till den fridfulla flodön Majuli. Ön har ett rikt historiskt arv. Här bor du i enkla men bekväma bungalows som sköts av en lokal familj.

### Dag 9-10 Kloster och minoritetsfolk

Du besöker assamesiska kloster där munkarna lär sig en unik form av konst, drama och vaishnavite filosofi (dyrkar Vishnu). Du får se hur masker tillverkas på traditionellt vis samt cykla och promenera till byar som tillhör olika minoritetsfolk.

### Dag 11 Nameri Nationalpark

Resan går vidare mot Nameri nationalpark. Parken har en enorm mångfald av djur och är ett paradis

för fågelskådare. Du bor i ett ekoboende och tar del av arbetet med att bevara utrotningshotade djur.

### Dag 12-13 Monpafolket och vandring

Efter en tidig promenad i nationalparken går resan vidare mot Himalayas snöklädda toppar. I Thembang på 2100 meter bor du två nätter hos en lokal familj. Lär dig mer om Monpafolket, köp lokalt hantverk och besök den vackra Sangtidalen.

### Dag 14-16 Tawang - Indiens största kloster

På vägen till Tawang når du som högst 4100 meter vid Selapasset. Staden Tawang ligger vackert på 3000 meter och domineras helt av det 400 år gamla klostret, Indiens största. Här genomsyras allt av den tibetanska kulturen. Du besöker flera kloster samt ett barnhem och flera byar.

### Dag 17 Zemithang och Jhamtse Gatsal

En dagstur till Zemithang nära Tibet och Bhutan. Här är monpakulturen helt intakt. På vägen blir det ett stopp vid barnhemmet Jhamtse Gatsal.

### Dag 18-19 Bomdila och Tezpur

På vägen ner från bergen stannar du en natt i Bomdila på 2200 meter och njuter av en sista natt i Himalaya. Dag 19 till Tezpur där du vilar ut.

### Dag 20-21 Åter till Calcutta

Flyg till Calcutta. Här avslutas resan dag 21.

| Dagar | Deltagare |         | Enkelrum      |
|-------|-----------|---------|---------------|
| 21    | 4 - 12    |         | 2 500 kr      |
|       | Start     | Avslut  | Pris          |
| 2016  | 30 okt    | 19 nov  | 19 700 kr     |
| 2017  | 12 mars   | 1 april | 19 700 kr     |
|       | 29 okt    | 18 nov  | ring för pris |

### Reseledare



#### Bamin Baro

Född 1976 och har arbetat som guide sedan 2010. Han tillhör Apatanifolket, bor i Arunachal Pradesh och har en examen i konst. Han gillar att resa och går gärna upp tidigt för fågelskådning.







Key gomba, ett av Spitidalens vackraste kloster.

## Tibetansk kultur och vandring i indiska Himalaya

Spitidalen är en otroligt vacker del av Himalaya, belägen i nordvästra Indien. Här är den tibetanska kulturen levande och landskapet dramatiskt. Vandra över Bhabapasset, bo i byar och lär dig göra rep av jakull. Njut av Sangladalen och fascineras av 1000-åriga kloster. Resan innehåller även ett besök i den gamla brittiska bergstationen Shimla.

### Dag 1 Samling i Delhi

Samling på vårt hotell i Indiens huvudstad.

### Dag 2-3 Smalspårigt tåg till Shimla

Ett gammalt smalspårigt tåg tar dig till Shimla genom vackra landskap och 102 tunnlar. Hit flydde den brittiska eliten under kolonialeran då somrarna blev för heta. Wildflowers och "the Mall" ger en inblick i ett avlägset förflutet.

### Dag 4-5 Längs Sutlejfloden till Kalpa

Resan fortsätter längs med Sutlejfloden och Himachals berömda äppelodlingar, mot Himalayas toppar. Utsikten är spektakulär och tidig kväll anländer gruppen till bergsbyn Kalpa (2700 m).

Byn erbjuder några av de mest dramatiska vyerna i Himalaya. Utforska Kalpa och dess tempel.

### Dag 6-7 Sangla – hjärtat av Kinnaur

Resan fortsätter till Sangla där du möts av en av Indiens vackraste dalar. Här finns mängder av trähus och lokalbefolkningen bär den gröna kinnaurhatten. Dag 7 följer gruppen Baspafloden genom alplandskap till den pittoreska byn Chitkul (3480m), den sista byn innan gränsen mot Tibet.

### Dag 8-11 Pin-Bhaba trek

Kafnu, 3 timmar från Sangla, är startpunkt för vandringen till Pindalen. Första dagen går du genom vackra skogar (5-6 timmar). Andra dagen är relativt lätt och du tar dig längre in i Pin Nationalpark (5-6 timmar). Dag tre är den tuffaste dagen då du passerar Bhaba passet (4850 m) (8 - 9 timmar). Dag fyra innehåller relativt enkel vandring till Mud, första byn i Pindalen (4-5 timmar). Du bor nära en retreatplats för munkar och nunnor.

### Dag 12 Taboklostret

Efter en lugn förmiddag besöker du det intressanta klostret Kungri i Pindalen. Därifrån till Tabo, känt för sitt 1000 år gamla kloster.

### Dag 13-16 Vandring mellan byar i Spiti

Resan går vidare till Dhankhar, Spitis gamla huvudstad. Byns 1200 år gamla kloster bjuder på en

fantastisk utsikt över Spitidalen. Härifrån vandrar gruppen till Demul, en av de grönaste byarna i Spiti. Boende i bekväma "homestays". Dag två stannar du i Demul. Vandra till en utsiktspunkt, valla boskap eller lär dig göra rep av jakull. Kvällstid bjuds det på traditionell dans. Dag tre står jaksafari på programmet. På eftermiddagen vandrar du till byn Komic, Asiens högst belägna by. Dag fyra vandrar du till byn Hikim med världens högst belägna postkontor och vidare till klostret Key, en av Spitidalens höjdpunkter. Du bor på hotell i Kaza över natten.

### Dag 17 Besök ett nunnekloster

Dagen tillbringas i ett nunnekloster nära Kaza. Du deltar när nunnorna utför sina böner, lagar mat och diskuterar buddhistisk filosofi.

### Dag 18 Vandring till "Mångudinnans sjö"

Du lämnar Spitidalen och besöker den fantastiska Chandratalsjön (Mångudinnans sjö). Vandringen är lätt med få stigningar. Övernattning i tält.

### Dag 19 Manali

Resan går vidare till ett grönskande Manali som står i skarp kontrast mot Spitidalen.

### Dag 20-21 Mot Delhi

Du reser tillbaka till Delhi (11 timmar) och tar in på vårt hotell. Här avslutas resan.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum  |
|-------|-----------|--------|-----------|
| 21    | 4 - 14    |        | 2 600 kr  |
|       | Start     | Avslut | Pris      |
| 2016  | 22 jul    | 11 aug | 21 300 kr |
| 2017  | 23 jul    | 12 aug | 21 600 kr |



### Reseledare



#### Chhering Bodh

Född 1983. Chhering växte upp i en liten by i Spiti där han lärde sig bygga hus, jobba på fälten och ta hand om familjens boskap. Han är utbildad bergsguide och har stor kunskap om Spiti och den lokala kulturen.







På småvägar genom Kerala. Foto: Margareta Lindgren

## Cykla på småvägar längs Malabarkusten

Resan går genom det gröna Kerala och avslutas med strandliv i Kasaragod. Under sju dagar cyklar du på mindre vägar under palmerna och över kanalerna. Färden går mellan byar, förbi tempel och genom risfält. Du cyklar i din egen takt och stannar när du ser något som lockar. Du besöker ett fågelreservat, vandrar i bergen i Västra Ghats samt åker båt i Keralas berömda Backwaters. Efter resan kommer du förstå varför Kerala kallas God's own country.

**Dag 1-2 Keralas gemytliga huvudstad**  
Samling på vårt hotell i Keralas huvudstad Thiruvananthapuram. I cykelaffären väljer du själv vilken typ av cykel som önskas på färden.

**Dag 3-4 Cykla till Varkala och Kollam**  
Under en dryg vecka är cykeln ditt huvudsakliga färdmedel. Första målet är badorten Varkala. Färden fortsätter mot Kollam, en hamnstad belägen vid Backwaters nätverk av kanaler, floder och sjöar. Du cyklar genom byar på den gamla kustvägen.

### Dag 5-6 Coconut Palms

Färden går förbi Ammas berömda ashram. Till sist når du Coconut Palms, ett fint gammalt rikemanshus beläget i en charmig fiskeby. Åt fisk och paddla i det gröna Backwaters.

### Dag 7-8 Backwaters och kryddodlingar

Cykelfärden fortsätter mot Thakazi och vidare med båt långt in i Backwaters där du bor hos en familj. Nästa dag cyklar du genom exotiska krydd- och fruktodlingar till den lilla staden Kottayam.

### Dag 9-10 Fågelreservat och floden Periyar

På morgonen går färden vidare till ett fågelreservat med över 280 fågelarter. Du bor i en by hos en familj. Dagen efter cyklar du till Kodanad vid floden Periyar.

### Dag 11-12 Kochi och Vasco da Gama

Cykling och sedan buss till Kochi. Staden har en spännande historia fylld av möten med främlingar och kulturer. Här dog Vasco da Gama 1524. Du ser en föreställning med den sydindiska dansformen Kathakali.

### Dag 13-14 Tempeldans i Kannur

Tåg till Kannur, en gång i tiden en viktig knutpunkt för handeln med Europa. I närheten ligger ett vackert tempel där du upplever den rituella tempeldansen Theyyam.

### Dag 15 Wayanad nationalpark

Buss längs grönskande sluttningar upp i bergen till nationalparken Wayanad där du gör en safari. Här finns tiger, leopard, elefant, gaur, apor och ett rikt fågelliv.

### 16-18 Natursköna berg och kryddodlingar

Du reser till Coorg och byn Kakabe i Nilgiribergen. Hjälptill med skörd av peppar, kanel, kardemumma och kaffe, och vandra i de omgivande bergen.

### Dag 19-20 Vackra Malabarkusten

Buss till Keralas norra kust. Hit kommer sällan turister. Njut av strandliv och besök det berömda Bekal Fort.

### Dag 21 Avslut i Mangalore

På morgonen tåg till Mangalore i Karnataka, där resan avslutas. Härifrån kan du fortsätta till Thiruvananthapuram, Goa eller Mumbai.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 21    | 4 - 14    |        | 3 700 kr      |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 23 dec    | 12 jan | 15 200 kr     |
| 2017  | 17 dec    | 6 jan  | ring för pris |

### Reseledare



#### Rajiv Udayabhanu

Född 1961 och har arbetat med oss sedan 1989. Bor i Thiruvananthapuram, driver egen resebyrå och undervisar i turism. Skrattar för det mesta. Gift med Sarita och har ett barn. Kommer från en känd skådespelfamilj.







Många möten lever kvar långt efter resan. Foto: Rolf Segerstedt

## Tempel, regnskog och Backwaters

Under två veckor får du det bästa av södra Indien: fantastiska tempel i Madurai, Keralas berömda vattensystem, Backwaters, djurlivet i Anamalai samt svalkande bad i Indiska oceanen. Dessutom får du vandra mellan små byar i bergen dit få turister kommer och uppleva kryddbasarerna i Kochi i Kerala. Få resenärer lämnar denna del av Indien utan att längta tillbaka.

### Dag 1 Samling i Chennai

Samling på hotellet i Chennai, södra Indiens största stad.

### Dag 2-3 Hemlig ort, vandring i Kolli Hills

Tåg till Salem och buss till en hemlig ort! Vi åker till en liten stad, som sällan besöks av utlänningar och knappt finns på kartan. Vilken det blir bestäms av reseledaren. I Kolli Hills lever malayalis, en stambefolkning. Området ligger på 1000 meters höjd och har ett behagligt klimat. Du vandrar i små grupper med tolk mellan byarna.

### Dag 4-5 Madurai med gigantiskt tempel

Du kommer till Madurai, Tamil Natus kulturella huvudstad och en av södra Indiens mest fascinerande tempelstäder. Här ligger Indiens största tempel med tiotusentals besökande pilgrimer dagligen - en imponerande upplevelse.

### Dag 6-8 Sydindisk regnskog

Buss till tigerreservatet Parambikulam i västra Ghats. Här ser du apor, hjortar, vildsvin, gaur och elefanter. Du vandrar med guider i nationalparken och bor i fina gästhus där halvtama påfåglar och vildsvin spatiserar omkring. Svarta langurer och flygekorrar har du chansen att se från ditt rum. Underbar mat ingår under dessa dagar.

### Dag 9-10 Kerala - Indiens gröna lunga

Med buss in i Kerala, Indiens "gröna lunga". Här är läskunnigheten nästan hundra procentig och den politiska medvetenheten är hög. Färden går till Kochi. Vasco da Gama kom hit 1497 och upptäckte till sin förvåning att här fanns redan kristna. Se gamla Kochi, hamnområdet och kryddbasarerna. Du kan också se kathakalidans och kanske prova traditionell ayurvedisk oljemassage.

### Dag 11-12 Hos en familj ute i Backwaters

Under två nätter kommer du att bo hos en familj. Två-tre personer i varje familj. Någon i familjen

skall tala engelska. Kanske blir det här höjdpunkten på resan. Deltagarna bor hos olika familjer och upplevelserna blir därmed olika.

### Dag 13-14 Backwaters och bada i havet

Buss till Alapuzha och båt till Keralas berömda Backwaters, ett nätverk av kanaler, floder och sjöar. Här ligger rofyllda Coconut Palms, ett omsorgsfullt renoverat gammalt hus där du övernattar. Det stora nätverket av kanaler borrar sig igenom det gröna landskapet. Passa på att låna en båt och paddla i kanalerna eller besök det närbelägna ormtemplet. Du kan också utforska de närmaste omgivningarna på cykel. Havet och en tom strand ligger bara ett stenkast bort och här kan du bada. Du kan också se de lokala fiskarna arbeta från tidig morgon till sen kväll.

### Dag 15 Bazarer i Thiruvananthapuram

Tåg till Thiruvananthapuram, Keralas största stad och delstatens huvudstad.

### Dag 16 Resan avslutas

Resan avslutas i Trivandrum. Flyg samma dag eller förläng resan med sol och bad.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 16    | 5 - 14    |        | 3 500 kr      |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 20 nov    | 5 dec  | 16 300 kr     |
|       | 18 dec    | 2 jan  | 16 300 kr     |
| 2017  | 22 jan    | 6 feb  | 16 700 kr     |
|       | 18 juni   | 3 juli | 16 700 kr     |
|       | 19 nov    | 4 dec  | ring för pris |
|       | 22 dec    | 6 jan  | ring för pris |

### Reseledare



#### Nelson Vinodh

Född 1981 och uppvuxen i en liten stad utanför Chennai. Han har en masterutbildning i socialt arbete och jobbar med utvecklingsfrågor. Han har rest i samtliga delstater i södra Indien och älskar att utforska nya områden.







Mot nästa by. Foto: Elisabet Linden

## Med dromedarer längs kanten av öknen

Vandra uppför tempelberget i Palitana. Åk tåg till Girskogen för att se det asiatiska lejonet. Det är ett äventyr att åka med kamelvagn mellan byar och möta de gästfria, stolta människorna. Delstaten Gujarat är gammaldags och traditionell, maten vegetarisk och alkohol förbjuden. Avslutning med bad i Arabiska sjön. Räkna med intryck och upplevelser som varken du eller dina barn glömmer.

**Dag 1 Samling i Mumbai**  
Samling på vårt hotell i Mumbai.

**Dag 2-3 Vandra upp till tempelberget**  
Flyg till Bhavnagar i Gujarat. Buss till Palitana, en av de heligaste platserna för jainer. I soluppgången går ni med hundratals pilgrimer uppför trapporna till bergstoppen med 863 tempel i marmor. Ni bor i ett dharamsala (pilgrimshärbärge).

**Dag 4-5 Diu - portugisisk enklav**  
Buss till den forna portugisiska enklaven Diu, som är en liten ö. Besök en skola och ta del av livet på

landsbygden. Dessutom väntar vackra stränder och god mat från havet.

**Dag 6 Smalspårigt tåg**

Ni åker med motorcykelrickshaw, en sixseater, tillbaka till fastlandet. Därefter med långsamt tåg på smalspårig järnväg, 40 km/h som snabbast. Ni passerar mangoodlingar och delar av Girskogen.

**Dag 7 Gir - Lejonskogen**

Besök i Girskogen, enda platsen där det asiatiska lejonet finns kvar, ca 400 st. Under en dag gör ni en upptäcktsfärd med jeep i skogen och får se en hel del djur, med stor sannolikhet lejon.

**Dag 8-9 Junagadh - staden från Jesu tid**

Efter frukost åker ni buss till Junagadh, en stad som var bebodd 200 år före Kristi födelse. Att gå omkring i de vindlande gränderna i den gamla delen av staden är en upplevelse. Girnar Hill, ett tempelberg med 10 000 trappsteg, får ni besöka. Ni passerar moskéer som ser ut som bakelser och tempel befolkade av heliga män, *sadhus*. Ni gör också en utflykt till Junagadhs skogen och ett tempel inne i djungeln med apor och påfåglar.

**Dag 10-12 Besök skolor i Bhuj**

Buss till Bhuj. Här har ni möjlighet att besöka skolor och träffa barnen och lärarna. Ni möter nomader från Rabarifolket med en särpräglad kultur.

Det blir också besök i byar där de berömda lokala tygerna och broderierna står i fokus.

**Dag 13-14 Dromedarvagn i Rann of Kutch**

Området är bebott av en mängd olika etniska grupper som lever av boskapsskötsel. Det lokala transportmedlet är dromedarvagn. Du kan välja mellan att gå eller att sitta i en vagn. Rida går utmärkt. Nätterna tillbringar ni i byar. Varje familj inkvarteras hos en lokal familj och ni äter tillsammans med er värdfamilj. Landskapet är ödsligt, men har ändå ett rikt djurliv. Flamingo och pelikaner häckar här och vargar hörs ibland på nätterna. Vargen är skygg, helt ofarlig för människan, men förtjust i får och getter.

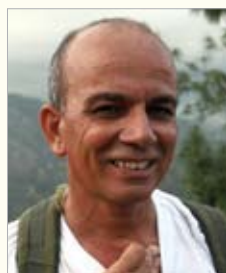
**Dag 15-16 Bada och rid i Mandvi**

Buss till Mandvi vid havet, en mycket gammal hamnstad. Här byggs fortfarande stora, ocean-gående fartyg för hand i teak med enkla verktyg. Ni besöker maharajans sommarpalats beläget vid öde sandstränder. Ni kan bada och rida.

**Dag 17-19 Expresståg till Mumbai**

Åter till Bhuj för ytterligare en dag. Nattåg till Mumbai dag 18. Se lite av jättestaden och möt filmindustrin Bollywood. Här avslutas resan.

### Reseledare



#### Hashmukh Gor

Född 1962. Har arbetat för oss sedan 1993. Bor i Bhuj som ligger i Kutch i delstaten Gujarat. Gift och har en son. Han har doktorerat i antropologi som han nu också undervisar i. Talar gujarati, hindi, kutchi och engelska. Älskar att resa!



| Dagar | Deltagare |         |               |
|-------|-----------|---------|---------------|
| 19    | 6 - 20    |         |               |
|       | Start     | Avslut  | Pris          |
| 2016  | 18 dec    | 5 jan   | 15 300 kr     |
|       |           | < 12 år | 11 300 kr     |
| 2017  | 17 dec    | 4 jan   | ring för pris |
|       |           | < 12 år |               |







Besök i byar leder till många nya bekantskaper. Foto: Robin Karlsson

## Traditionellt hantverk, vegetariskt och lejonskog

Delstaden Gujarat ligger i västra Indiens torra områden, med urgamla städer och en stark religiositet. Det här är Gandhis hemstat, berömd för sitt textila hantverk. Du vandrar med pilgrimer uppför heliga berg och sover en natt i ett kloster. Det asiatiska lejonet ser du i Girskogen. I Great Rann of Kutch färdas du på dromedarkärra, besöker byar och välkomnas av stolta människor från olika etniska grupper. Kläderna är färgsprakande, raka motsatsen till Mumbai, där resan avslutas.

### Dag 1 Ankomst till Mumbai

Samling på vårt hotell i Mumbai. Staden, med 20 miljoner invånare, är Indiens kommersiella centrum och känt för filmindustrin Bollywood.

### Dag 2-3 Flyg till Bhavnagar i Gujarat

Flyg till Bhavnagar. Gujarat är en mycket traditionell delstat. Här råder alkoholförbud och maten är vegetarisk. Buss till den lilla staden Palitana,

en av de heligaste platserna för jainer, en gren av den hinduiska familjen och som påminner om buddismen. I gryningen går du uppför stentrapporna vid Shatrunjaya Hill. Väl uppe skimrar 863 marmortempel. Inkvartering i en dharamsala (pilgrimshärbärge).

### Dag 4-5 Diu – den portugisiska enklaven

Buss till den forna portugisiska enklaven Diu, som är en liten ö. År 1954 blev ön indisk, men spåren av den forna kolonialmakten Portugal är fortfarande tydliga. Här finns badmöjligheter.

### Dag 6 Smalspårigt tåg

Motorcykelrickshaw, en sixseater, till fastlandet och smalspårigt, synnerligen långsamt tåg. Du passerar mangoodlingar och delar av Girskogen.

### Dag 7 Gir – Lejonskogen

Du bor i utkanten av Gir nationalpark, den enda platsen i Asien där lejonet finns kvar. Du utforskar skogarna och ser många djur, sannolikt lejon.

### Dag 8-10 Junagadh – staden från Jesu tid

Buss till Junagadh, en stad som fanns redan under Jesu tid. Du kan gå de 10 000 trappstegen uppför tempelberget Girnar. Spektakulära tempel befolkade av *sadhus*, heliga män. Här finns också sagolika moskéer.

### Dag 11-13 Bhuj – broderier och nomader

Buss till Bhuj i distriktet Kutch. Du möter nomader från Rabarifolket med en särpräglad kultur. Det blir också besök i byar där de berömda lokala tygerna och broderierna står i fokus.

### Dag 14-16 Dromedarvagn i Rann of Kutch

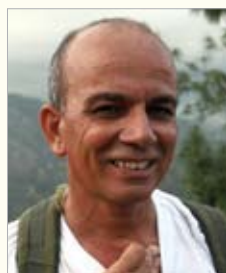
Strax norr om Bhuj börjar Rann of Kutch, ett enormt område med slätter av torkad lera och salt. Stora delar av distriktet ligger under vatten under regnperioden och blir mycket torrt vid andra årstider. Området bebos av en mängd olika etniska minoriteter och är känt för sitt hantverk, speciellt broderier med spegelapplikationer. Du kommer att färdas med dromedarvagn till byar där du bor hos familjer. Du kan förstås också välja att gå eller rida. Måltiderna äter du tillsammans med familjen och sover gör du på golvet. Trots att området är mycket kargt finns ett rikt djurliv. Flamingos och pelikaner häckar här under vintern och det finns till och med varg.

### Dag 17-18 Nattåg till Mumbai

Buss till Bhuj och nattåg till Mumbai, där resan avslutas.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 18    | 4 - 14    |        | 2 200 kr      |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 2 nov     | 19 nov | 14 200 kr     |
| 2017  | 1 nov     | 18 nov | ring för pris |

### Reseledare



#### Hashmukh Gor

Född 1962. Har arbetat för oss sedan 1993. Bor i Bhuj som ligger i Kutch i delstaten Gujarat. Gift och har en son. Han har doktorerat i antropologi som han nu också undervisar i. Talar gujarati, hindi, kutchi och engelska.







Att sitta still och vänta är ofta mer givande än långa vandringar. Foto: Christian Jutvik

## Naturresa i tre länder – Indien, Bangladesh och Nepal

Den ultimata resan för dig som är intresserad av djur och natur. Fyra nationalparker i Indien, Bangladesh och Nepal, alla med olika naturtyper. Djurlivet är fantastiskt och du får se mycket ur Djungelbokens värld. I Bangladesh åker du båt i floddeltat Sundarban och i Nepal får du vandra fritt i nationalparken Chitwan. Dessutom besöker du kulturellt intressanta platser som Varanasi, Kolkata och Kathmandu.

**Dag 1-3 Världens finaste fågelreservat**  
Samling på vårt hotell i Delhi. Dag 2 med tåg till Kheoladeo Ghana, ett av världens finaste fågelreservat. Här finns nära 400 fågelarter och platsen är en favorit bland ornitologer. December är häckningsperiod och i januari har antalet fåglar dubblerats. Här finns flera hjortarter, uter och pytonorm. Vandra eller cykla fritt i parken.

**Dag 4 Taj Mahal i Agra**  
Buss till Agra där du besöker det vackra mausoleet Taj Mahal och det färgstarka Agra Fort.

**Dag 5-7 Tigerchans i Bhandhavgarh**  
Buss till nationalparken Bhandhavgarh. Landskapet är kuperat med grässlätter och monsunsog. Här kan vi nästan garantera att du får se tiger och mycket annat av Indiens storslagna fauna.

**Dag 8-11 Heliga Varanasi och Kolkata**  
Morgontåg till Varanasi, helig för både hinduer och buddhister. Hit söker sig tiotusentals pilgrimer för att ta del av gudomligheten i den heliga floden Ganges. Dag 10, nattåg till Kolkata. Staden har ett rikt kulturliv och en rik historia.

**Dag 12 Båt i Sundarban, Ganges delta**  
Buss till Bangladesh. Båten MV Chhuti blir ditt hem i fyra dagar. Du äter ombord och maten ingår i resans pris. En exklusiv kryssning och en unik möjlighet att se mangroveskogen i Sundarban, världens särklass främsta tigerhabitat med ca 400 tigrar. Chansen att se tiger finns, spåren ser du överallt. Första dagen kommer du antagligen få se det märkliga fisket med tama uttrar.

**Dag 13-15 Längs flodarmar till havet**  
Många utflykter med *dinggy*, en mindre paddlad båt, både på morgnar och vid solnedgången. Du får se kungsfiskare, biätare, hägrar, stora varaner, vildsvin och kanske krokodil. Överallt ser du vackra chitalhjortar. Du vandrar över vida strandängar

som får en gyllene färg i solnedgången. Ta gärna ett dopp i Bengaliska viken. Vid Kotka skogsstation kan du sitta still och vänta på att det dyker upp djur. Du blir inte besviken!

**Dag 16-17 Dhaka – folkliv och moskéer**  
Buss till Dhaka där du får åka med på en organiserad rundtur. Staden kan vara något kaotisk och trängseln i de gamla delarna vid flodhamnen Sadar Ghat är överväldigande. Men vilket folkliv! Du ser även den stora moskén Al Baitum Mukarram.

**Dag 18-19 Flyg till Kathmandu**  
Flyg till Kathmandu. På flygplatsen möts du av din nepalesiske reseledare. Du bor i världsarvet Bhaktapur strax utanför Kathmandu. Kungliga palatset ligger utanför hotellfönstret. Hela staden är ett världsarv.

**Dag 20-22 Nationalparken Chitwan**  
Buss till Chitwan, en av Sydasiens bästa nationalparker. Här finns noshörning i stort antal, hjort, krokodil, björn, tiger, leopard och många fågelarter. Vandra eller paddla kanot. Djurlivet upplever du bäst under vandringarna i reservatet.

**Dag 23-25 Bhaktapur**  
Tillbaka till Kathmandudalen. Du får ännu en dag att utforska Bhaktapur på. Här avslutas resan.

| Dagar | Deltagare | Enkelrum |               |
|-------|-----------|----------|---------------|
| 25    | 7 - 16    | 2 300 kr |               |
|       | Start     | Avslut   | Pris          |
| 2016  | 21 dec    | 14 jan   | 22 400 kr     |
| 2017  | 3 feb     | 27 feb   | 22 800 kr     |
|       | 17 dec    | 10 jan   | ring för pris |



### Reseledare

**Sanjeev Bhatt**  
Leder resan i Indien.  
Född 1972. Började arbeta hos oss 2011.

**Mostafizur Rahman Jewel**  
Leder resan i Bangladesh.  
Född 1985. Började jobba hos oss 2015.

**Shekhar Singh Dangol**  
Leder resan i Nepal  
Född 1966. Började hos oss 1995.







Stilla skymning i ökenstaden Yazd. Foto: Pontus Wallin

## Möt den persiska gästfriheten

Njut och häpna över moskéernas skönhet och gå vilse i städernas vindlande basarer. Den största upplevelsen blir förmodligen mötet med människorna, deras vänlighet, nyfikenhet och gästfrihet. Bo hos nomader utanför Shiraz, besök ökenstaden Yazd, köp en matta i Esfahan och beundra de inredda grotorna i bergsbyn Meymand. Resan avslutas med ett besök i Shahens palats i Teheran.

### Dag 1-4 Shiraz, Persepolis och nomader

Samling på vårt hotell i Shiraz – en av Irans mest berömda städer. Shiraz kallas för poeternas, rosornas och vinets stad. Några mil norr om Shiraz ligger Persepolis, som är en av det gamla Persiens bäst bevarade kultplatser. Vandra genom området och hör berättelserna om hur vårens ankomst firades i det antika Persien. Någon av dagarna kommer du också att göra ett besök hos en nomadfamilj på landsbygden utanför Shiraz. Övernattning sker i tält eller i ett enkelt hus.

### Dag 5-7 Esfahan

Buss till Esfahan – en världsberömd stad. Här fascinerar du av de undersköna moskéernas mosaik, den storslagna, vindlande basaren och de täckta broarna över floden Zayandeh. Esfahan är också centrum för produktion av persiska mattor.

### Dag 8-10 Ökenstaden Yazd

Buss till Yazd. Här är zoroastrianismen fortfarande levande; den urgamla persiska religion som föregick islam. Du besöker både ett eldtempel, ett zoroastriskt kloster och flera gamla begravningsplatser. Ökenstaden Yazd ligger som i en kittel, inklämd mellan höga berg. Under mer än sju tusen år har människor bebott platsen där det blir över femtio grader varmt på sommaren. För att överleva byggde man *qanater*, vattentunnlar, som transporterar färskt vatten från bergen. Stadsbilden präglas av så kallade vindtorn, som är konstruerade för att luften ska cirkulera i husen även under de allra hetaste dagarna.

### Dag 11-13 Bergsbyn Meymand

Med hyrd buss genom Zagrosbergen till den lilla byn Meymand, som ligger i en grön dal omgiven av nakna berg. Här bor människor i inredda grottor, där också du övernattar. Du gör utflykter till fots i det omgivande bergslandskapet.

### Dag 14 Kerman – mattor och broderier

Buss genom bergen till den lilla staden Kerman, berömd för sina vackra mattor och broderier.

### Dag 15-16 Den heliga staden Mashhad

Nattåg genom öken till Mashhad. Miljonstaden, som ligger nära gränsen till Turkmenistan och Afghanistan, är en mycket viktig pilgrimsplats för shiamuslimer. Relikerna av Emam Reza, den åttonde shiaimamen efter Muhammed, förvaras här. Om du inte är muslim släpps du inte in i det allra heligaste, men du får besöka moskéområdet. Du får också träffa mullor (muslimska präster) och prata med studenter som arbetar som volontärer.

### Dag 17 Tåg till Teheran

Tåg hela dagen till Teheran.

### Dag 18 Besök Shahens palats

Utforska jättestaden och besök shahens forna palats. Sista kvällen finns möjlighet att gå till ett gammalt tehus där det bjuds både fantastisk mat och inspirerande musik.

### Dag 19 Teheran

Här avslutas resan.

### Reseledare



#### Mina Eslami

Född 1988. Mina bor i Shiraz och har en examen i engelska. Hon arbetar som professionell guide. "The highlight of this tour is the opportunity to meet Iranian people"



| Dagar | Deltagare |          | Enkelrum      |
|-------|-----------|----------|---------------|
| 19    | 4 - 14    |          | 3 800 kr      |
|       | Start     | Avslut   | Pris          |
| 2016  | 4 okt     | 22 okt   | 16 400 kr     |
| 2017  | 9 april   | 27 april | 16 700 kr     |
|       | 3 okt     | 21 okt   | ring för pris |







Boel tar en paus ovanför den magiska sjön Phoksundo. Foto: Christian Jutvik

## Det ultimata äventyret på hög höjd

Du vandrar i tre veckor i övre Dolpo i nordvästra Nepal. Vandringsen är väldigt krävande och går genom några av de mest isolerade delarna av Himalaya. Jakar bär din packning. Det svårtillgängliga området ligger norr om Dhaulagiris 8000-meters-toppar nära tibetanska gränsen. Här finns blåfår, snöleopard och högalpin växtlighet. I byarna du passerar får du uppleva en levande tibetansk kultur. Ungefär som Tibet för 50 år sedan.

**Dag 1-2 Bhaktapur och Kathmandudalen**  
Samling på vårt hotell i Bhaktapur i Kathmandudalen. Staden är ett världsarv och du bor med vackra tempel utanför fönstret. Du besöker Pashupatinathtemplet och den enorma stupan Boudhanath.

**Dag 3-4 Bardia Nationalpark**  
Flyg till Nepalganj. Buss till Bardia nationalpark vid indiska gränsen. Du gör en lång vandring och

ser elefanter, noshörningar, hjortar, krokodiler och med tur även tiger, leopard och björn.

**Dag 5-7 Dunai, sakta upp längs älven**  
Flyg till Juphal och vandring till Dunai. Nästa dag lastas packningen på en dzo (korsning mellan jak och ko). I tre dagar vandrar du längs med älven, passerar små byar och vänjer dig vid höjden.

**Dag 8-9 Ringmo**  
Efter att ha passerat ett pass på 3800 meter når du Ringmo. Snart skymtar Phoksundosjön.

**Dag 10 Med jakar längs "Devil's Trail"**  
Spektakulär vandring längs Phoksundosjön på en stig uthuggen i klippan kallad "Devil's Trail".

**Dag 11-12 Över Kang La, 5350 m**  
Stigen går uppåt och du ser blåfår på sluttningarna. Under vandringen ökar höjden som mest 500 m mellan två tältplatser. Detta för en säker anpassning till högre höjd. Nästa dag väntar en krävande vandring över Kang La på 5350 meter.

**Dag 13 Till Sheyklostret**  
Lätt vandring nedför till det berömda Sheyklostret beläget på 4160 m.

**Dag 14-16 Över Gela La till Saldang**  
Du passerar över Gela La på 5094 m och campar i vildmarken på 4400 m. Nästa dag anländer du till

Saldang – en vacker by med ett stort kloster.

**Dag 17 Byn Khoma**  
Vandring över Khoma La, 4500m. Den grupp som kom hit 2014 stöder byns skola ekonomiskt. Naturligtvis är du välkomna att besöka skolan.

**Dag 18-19 Byarna Shimen och Tinje**  
Över höga pass mot den vackra byn Shimen som har en 600 m lång "manimur". I Tinje finns en vacker bro vid en chorten som man går igenom.

**Dag 20-21 Charkabhot – den vackra byn**  
Över Mo La (5027 m) till den oerhört vackra byn Charkabhot. Vid den här tiden pågår skörden av korn och bovete. Här har vi en vilodag.

**Dag 22-24 Över höga pass**  
Över två höga pass, varav Jungben La är vandringsens högsta med sina 5550 m. Härifrån ser du några av Annapurnas många toppar.

**Dag 25-26 Jomsom och Pokhara**  
Vandringen går nedåt till Kali Gandakifloden på 2800 m. Här väntar boende på hotell och en efterlängtat varm dusch. Vidare med jeep till Pokhara dagen efter, där du vilar ut.

**Dag 27-29 Åter till Kathmandudalen**  
Buss till Bhaktapur. En dag för att vila ut och summa intrycken. Här avslutas resan dag 29.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      | Reseledare |
|-------|-----------|--------|---------------|------------|
| 29    | 4 - 12    |        | 3 500 kr      |            |
|       | Start     | Avslut | Pris          |            |
| 2016  | 28 sep    | 26 okt | 39 800 kr     |            |
| 2017  | 30 sep    | 28 okt | ring för pris |            |



**Ang Dawa Sherpa**  
Född 1972 i Gorakhani. Gift och har två barn. Dawa har stor erfarenhet av vandringar i Himalaya och har även bestigit ett 20-tal berg över 6000 meter inklusive Mt Everest.







Vandringen bjuder på magisk utsikt över Himalayas högsta toppar. Foto: Marcus Jansson

## Vandring söder om Everest

Besökare har under lång tid lockats av Nepals mäktiga natur med jordens högsta berg. Vill du uppleva Nepal bör du vandra. I nio dagar går du mellan byar, genom terrasslandskap och skogar dit få andra turister kommer. På 4000 m har du en strålande utsikt över topparna i östra Himalaya. Du bor på enkla gästhus och hos familjer där tolkar hjälper dig att kommunicera med lokalbefolkningen. I slutet av resan besöker du nationalparken Chitwan.

**Dag 1 Du bor i världsarvet Bhaktapur**  
Samling på vårt hotell i Bhaktapur strax utanför Kathmandu. Staden, som är ett världsarv, känns som ett levande museum med alla sina tempel.

**Dag 2 Pashupatinath och Boudhanath**  
Dagen ägnas åt de mest berömda sevärdheterna i Kathmandudalen. Det stora hinduiska tempelområdet Pashupatinath samt stuporna Boudhanath och Swayambhunath står på programmet.

**Dag 3 Bhaktapur till Shivalaya (1750 m)**  
Resan går till Shivalaya som är startpunkt för vandringen. Räkna med att vandra ca 5-6 tim varje dag. Tanken är att det ska vara en lugn, långsam vandring med många pauser.

**Dag 4-5 Bhandar och Sete (2600 m)**  
Till en början följer du den klassiska stigen mot Everest. Du går över ett pass med buddhistiska stupor ner till en sherpaby. Nästa dag går du genom terrasserade odlingar ner till floden. Därifrån går det brant uppåt till byn Sete där snöklädda toppar dyker upp i nordost.

**Dag 6 Sete- Jase Bhanjyang (3520 m)**  
Dagen erbjuder en spektakulär vandring genom rhododendronskog. Kanske ser du fasaner, vildsvin, hjortar eller leopard. Jase Bhanjyang har två enkla lodger som sköts av jakherdar.

**Dag 7 Vandring till Pikey Peak (4068 m)**  
Du går mot toppen genom kraftig rhododendronskog och möts av mängder av böneflaggor och en fantastisk panoramautsikt med Annapurna i väster och Kanchenjunga i öster.

**Dag 8-10 Japre (3400 m), Kerung (2400 m)**  
Lätt vandring nedför genom cederskogar förbi manimurar till den charmiga sherpaby Jhapre. Nästa morgon blickar du ut över hela östra Hima-

laya. Vandringen går vidare till byn Kerung där olika etniska grupper lever i harmoni. Du bor i klostret, möter lokalbefolkningen och besöker byskolan.

**Dag 11-12 Dhap (2930 m) och Rumjatar**  
Vandringen går uppåt genom tallskog till byn Dhap där du övernattar. Nästa dag besöker du Thade, en intressant tamangby, och därefter når du Rumjatar och flygplatsen.

**Dag 13 Flyg till Chitwan nationalpark**  
Flyg till Kathmandu och vidare med flyg till Bharatpur och Chitwan nationalpark.

**Dag 14-15 Två dagar i djungeln**  
Chitwan är en av de mest intressanta nationalparkerna i södra Asien. Du ser garanterat noshörningar, krokodiler, hjortdjur och mängder av fåglar, kanske läppbjörn, leopard och elefant. Med lite tur kan du få en glimt av en tiger, det finns 120 st i reservatet och antalet ökar varje år.

**Dag 16-18 Bhaktapur och Kathmandu**  
Buss tillbaka till Kathmandu och Bhaktapur. Besök de tempel du inte redan sett, handla vackert hantverk eller bara njut av att strosa runt bland alla historiska byggnader. Här avslutas resan.

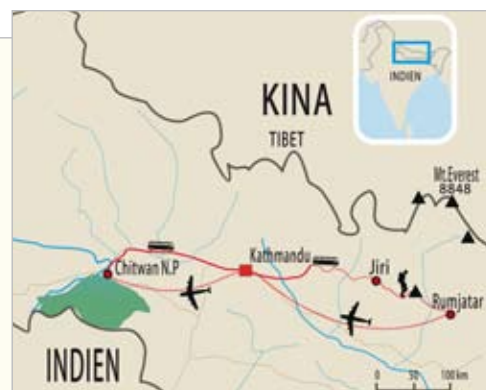
| Dagar | Deltagare |         | Enkelrum      |
|-------|-----------|---------|---------------|
| 18    | 4 - 14    |         | 1 500 kr      |
|       | Start     | Avslut  | Pris          |
| 2016  | 16 okt    | 2 nov   | 13 900 kr     |
|       | 6 nov     | 23 nov  | 13 900 kr     |
| 2017  | 7 mars    | 24 mars | 14 500 kr     |
|       | 18 okt    | 4 nov   | ring för pris |
|       | 8 nov     | 25 nov  | ring för pris |



### Reseledare



**Shekhar Singh Dangol**  
Född 1966. Började som tolk 1989, som reseledare 1995. Bor i Panga där han arbetar som lärare i engelska. Han är gift och har två söner. Han har gjort otaliga vandringar och är väl insatt i politiska frågor.







Du bor i en ger och får uppleva nomadlivet. Foto: Lars Eriksson

## Nomadliv på den oändliga stäppen

Mongoliet är ett vilt och vackert land med ett extremt klimat och en dramatisk och fascinerande historia. Du kommer att uppleva de annorlunda livsvillkor som människor lever under på den mongoliska landsbygden när du bor hemma hos en familj. Dessutom kommer du att delta i firandet av Naadam, Mongoliets viktigaste festival.

### Dag 1-2 Ulaanbaatar

Samling i Ulaanbaatar. Mongoliets huvudstad har en blandning av kosmopolitiska barer, palatsliknande byggnader från sovjettiden och småstadskänsla. Här finns flera fina museer och buddhistiska kloster, bl a Gandanklostret som är landets största.

### Dag 3-5 Gobiöknen

Dagtag till Sainshand, in i Gobiöknen. Ankomst till Sainshand på kvällen och transport vidare till vår Ger-camp, som ligger 30 km utanför staden. Här kommer du att få se Gobiöknen's mäktiga sanddyner och den storslagna ödsligheten. Få

en inblick i mongolisk buddhism på klostret Khamrin Khid.

### Dag 6 Fira Naadam

I Sainshand firar vi Naadamfestivalen som finns med på Unescos världsarvslista. Det här är en av Mongoliets största festivaler med bågskytte, brottning och ridtävlingar. Festivalen går tillbaka flera tusen år i tiden och var ett tillfälle när nomaderna samlades för att visa upp sin fysiska styrka. På kvällen tar du tåget till Ulaanbaatar.

### Dag 7-8 Ulaanbaatar och Naadamfirande

Du återvänder till Ulaanbaatar och ser det stora Naadamfirandet i huvudstaden. Första dagen är det tävlingar i bågskytte och brottning. Andra dagen kommer de vilda ryttartävlingarna.

### Dag 9-11 Hemma hos nomader

Du tar dig med minibuss ca 400 km till familjeböendet i Orkhontuul för att uppleva den mongoliska nomadiska livsstilen. Ungefär hälften av mongolerna lever som nomader och sysslar med djurhållning. När du bor hos en familj har du möjlighet att hjälpa till med den dagliga djurskötseln, exempelvis mjölka hästen.

### Dag 12 Erdenet

Du besöker Erdenet, Mongoliets näst största stad.

### Dag 13-14 Ugi Nuur

Fem timmars bilresa till den vackra sjön Ugi Nuur, känd för sitt rika fågelliv och med goda fiskemöjligheter. Här finns tid för aktiviteter som bad, ridning eller bågskytte. Övernattning i en ger (nomadtält) i natursköna omgivningar.

### Dag 15 Djingis Khans huvudstad

På morgonen bil till Harhorin som var huvudstad i Djingis Khans rike. Här finns det gott om lämningar från 1200-talet och framåt. Endenzuuklostret är en av pärlorna.

### Dag 16 Ulaanbaatar

Tillbaka i storstaden Ulaanbaatar. Passa på att strosa runt i stan, besök någon sevärdhet eller leta upp en bra restaurang för att få uppleva en riktig smaksensation.

### Dag 17 Terelj nationalpark

Dagsutflykt till Terelj nationalpark, 80 km nordöst om Ulaanbaatar. På programmet står jakridning och familjebesök.

### Dag 18 Ulaanbaatar

En dag i Ulaanbaatar. Vill du köpa presenter är det ett bra tillfälle att göra det nu. Här finns mycket att handla. Mongoliet är känt för sitt kashmirull och fina lädervaror. Här avslutas resan.

| Dagar      | Deltagare | Enkelrum  |
|------------|-----------|-----------|
| 18         | 6 - 14    | 1 800 kr  |
| Start      | Avslut    | Pris      |
| 2016 5 jul | 22 jul    | 15 900 kr |
| 2017 5 jul | 22 jul    | 16 500 kr |



### Reseledare



### Munkhjargal Ganbaatar (Jagaa)

Född 1980. Bor i Ulaanbaatar där hon arbetar som rekryteringskonsult och karriärcoach. Har bott i Sverige under fem års tid och talar svenska. Älskar att vara ute i naturen och klättra i berg.







Munkar vid det mäktiga Labrangklostret. Foto: Lee Mao Qing

## Sidenvägen, tibetanska områden och Taklamakanöknen

Är du historieintresserad är detta resan för dig. Du besöker historiska städer längs Sidenvägen; Xian med den 2200 år gamla Terrakottaarmén, Jiayuguan där kinesiska muren slutar och Dunhuang som var en av de viktigaste knutpunkterna längs Sidenvägen. Resan går västerut till Turpan i Xinjiang, belägen 150 m under havsnivå. Du besöker tibetanska och uiguriska områden med kulturer helt olika den Han-kinesiska.

### Dag 1-2 Beijing

Samling på vårt hotell i Beijing. Två dagar i Kinas fascinerande huvudstad som verkligen är en kontrasternas stad. Upplev folklivet i hutongerna, de gamla kvarteren, och se det moderna Beijing skjuta i höjden. Centralt boende med gångavstånd till Himmelska fridens torg och Förbjudna staden. Nattåg till Pingyao på kvällen dag 2.

### Dag 3-4 Den gamla staden Pingyao

Ankomst på morgonen. Två dagar i denna välbevarade köpmannastad. Biltrafik är förbjuden i de

gamla delarna som omgärdas av en stadsmur. Här etablerades Kinas första banker och många hem i staden är numera museum. Nattåg till Xian.

### Dag 5-6 Terrakottaarmén i Xian

En av Kinas historiskt viktigaste städer. Här ligger kejsare Qin Huangdi begravd med sin berömda terrakottaarmé. Han enade Kina till ett rike på 200-talet. Under Tangdynastin (år 618-907) utgjorde Xian porten till Sidenvägen.

### Dag 7-8 Lanzhou och Linxia

Tåg till Lanzhou vid Gula Floden. Här kan du göra en båtferd på floden och besöka Baitashan, den vita pagoden uppe på ett berg. Dag 8 besöker du Bingling Caves, sedan buss till Linxia – en stad präglad av det muslimska inflytandet. Här finns flera moskéer att besöka.

### Dag 9-11 Labrang och tibetansk kultur

Morgonbuss till Xiahe i den tibetanska provinsen Amdo. Området tillhör det etniska och historiska Tibet. Här besöker du Labrang, ett mycket betydelsefullt tibetanskt kloster. I ett fantastiskt landskap kan du cykla över vida grässlätter, rida, samtala med pilgrimerna eller vandra i bergen.

### Dag 12-13 Kinesiska muren i Jiayuguan

Buss till Lanzhou och nattåg genom ökenlandskapet till Jiayuguan där du beundrar Kinesiska

muren vid dess västra ändpunkt. Här ligger också ett fort och ett intressant museum som beskriver murens historia.

### Dag 14-17 Världsarvet Dunhuang

Buss till Dunhuang. Denna oas i Gobiöknen var en av Sidenvägens viktigaste knutpunkter. På klipptemplet Mogaoas tusentals muralmålningar kan inflytande spåras från ett otal kulturer. Sista dagen nattåg till Turpan.

### Dag 18-19 Turpan – uigurisk kultur

Turpan ligger 154 meter under havsnivån och är därmed jordens näst lägsta punkt. Xinjiangprovinsen i Centralasien är historiskt uigurernas land och kallades tidigare Östturkestan. Här är den uiguriska kulturen och historien närvarande.

### Dag 20-21 Urumqi och Himmelska sjön

Buss till provinshuvudstaden Urumqi – en modern stad i västra Kina. Den uiguriska lokalbefolkningen använder sin egen tidzon (-2 tim) som inte sanktionerats av Beijing. Du besöker stadens marknader samt gör en dagsutflykt till den vackra Himmelska sjön (Tianchi).

### Dag 22-23 Flyg till Beijing

Morgonflyg till Beijing och ytterligare en dag i Kinas huvudstad. Här avslutas resan.

| Dagar        | Deltagare | Enkelrum  | Reseledare |
|--------------|-----------|-----------|------------|
| 23           | 4 - 14    | 3100 kr   |            |
| Start        | Avslut    | Pris      |            |
| 2017 31 mars | 22 april  | 17 900 kr |            |



### Lee Maoqing

Född 1965. Började som tolk 2000 och blev reseledare 2004. Bor i Guizhouprovinsen med sin familj. Han är utbildad lärare. Lee tillhör miaofolket och talar miao, dong, kinesiska och engelska.







Du besöker sockertoppsbergen vid floden Li. Foto: Inge Andersson

## Vandra mellan byar i terrasslandskap

En resa som går till den hisnande vackra landsbygden i södra Kina. Du har förmånen att uppleva Kina till fots och möta människor i deras vardag. I Guizhou vandrar du fem dagar mellan byar i ett betagande vackert terrasserat landskap. Du besöker de berömda sockertoppsbergen nära Guilin, där du cyklar längs Lifloden och gör en båttur. Resan tar dig även till de enorma jordhusen i Fukiens berg och till de berömda träbroarna i Chengyang.

### Dag 1-2 Xiamen

Samling på hotellet i den stora staden Xiamen på Kinas sydöstkust. Detta är en av Kinas mest expansiva och moderna regioner. Staden har en anrik historia, enastående god mat och ett stort buddhistiskt tempel.

### Dag 3-5 Jordhus i Zhangzhou

Buss upp i bergen nordväst om Xiamen till en plats nära Zhangzhou. Området är berömt för sina jord-

hus, *tulou*, med en speciell arkitektur. De jättelika, runda, ovala eller kvadratiska husen är byggda som försvarsanläggningar med få fönster utåt och endast en port. I varje hus kan det bo 100 familjer, ibland en hel by. Här har Hakka-folket traditionellt varit bosatta. Du bor två nätter i ett tulouhus och tar del av böndernas vardag. Du gör också dagsvandringar i det gröna terrasslandskapet runt om i byarna. Åter till Xiamen sista dagen.

### Dag 6-8 Sockertoppsbergen

Flyg till Guilin och vidare till Yangshuo vid Lifloden. Överallt reser sig sockertoppsbergen i detta fotogeniska landskap. Här kan du göra en cykelutflykt längs floden och en båttur på floden.

### Dag 9 Vind- och regnbroar i Chengyang

Buss till Chengyang. Trakten domineras av dongfolket och området är berömt för sina vackra, täckta träbroar som kallas vind- och regnbroar.

### Dag 10-15 Vandring i Guizhouprovinnsen

Resan går vidare med buss till en by i sydöstra Guizhouprovinnsen, som blir din bas för vandringen. Varje dag är det marknad i någon av de kringliggande byarna. Folk samlas för att köpa och sälja, titta på buffelkamp eller bara för att umgås. Under fem dagar vandrar du i ett grönt, kuperat och oerhört vackert landskap. Magnifika risterras-

ser varvas med pinjeskogar och flodraviner. Byarna ligger tätt och binds samman av stora stigar. Miao är den största av de många etniska minoriteterna i området. Programmet under vandringen är flexibelt. Du vandrar i en liten grupp på 3-5 personer tillsammans med en lokal tolk. Gruppen bestämmer tempo och längd på dagsetapperna. Du övernattar i byar längs vägen och får god inblick i ett liv på helt andra villkor än i storstaden. Hit kommer få andra turister.

### Dag 16 Kaili

Buss till staden Kaili som är huvudstad i den lokala prefekturen för de etniska minoriteterna och även hemstad för vår reseledare. Pusta ut en dag och besök någon av marknaderna.

### Dag 17 Tåg till Guangzhou

På eftermiddagen hoppar du på tåget söderut till Guangzhou.

### Dag 18-19 Guangzhou

Guangzhou, tidigare Kanton, är södra Kinas metropol. På Shamianön i Pärlfloden finns spår från stadens koloniala period. Här avslutas resan.

Många bokar flyget hem från Hongkong. Då behöver du en dag extra. Reseledaren hjälper dig att ta dig till Hongkong.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      | Reseledare |
|-------|-----------|--------|---------------|------------|
| 19    | 5 - 12    |        | 2 400 kr      |            |
|       | Start     | Avslut | Pris          |            |
| 2016  | 9 okt     | 27 okt | 15 900 kr     |            |
| 2017  | 8 okt     | 26 okt | ring för pris |            |



### Lee Maoqing

Född 1965. Började som tolk 2000 och blev reseledare 2004. Bor i Kaili i Guizhouprovinnsen med sin familj. Han är utbildad lärare. Lee tillhör miao-folket och talar miao, dong, kinesiska och engelska.







Resan bjuder på många minnesvärda möten. Foto: Lee Mao Qing

## En resa genom Yunnan och Sichuan

En resa i enastående vackra tibetanska landskap med levande kultur. Resan går över gröna berg med snöklädda toppar vid horisonten. Du får ta del av tibetanska familjers vardagsliv och deras heliga platser. Du möter även andra minoritetsfolk i Yunnanprovinsen, vandrar längs Tiger Leaping Gorge, besöker jättepandorna utanför Chengdu samt ser jättebuddhan i Leshan.

*Chengdu har en internationell flygplats. Du bokar ditt flyg direkt hit. Du kan också välja att stanna några dagar i Beijing på hemresan för att se huvudstadens sevärdheter. Ring oss om du har frågor.*

### Dag 1-2 Chengdu

Samling på vårt hotell i Chengdu. Under två dagar utforskar du den moderna staden, känd för sin goda, men starka "Sichuanmat" samt för de många templen och tehusen.

### Dag 3-4 Världsarvet Lijiang

Flyg till Lijiang. Staden finns med på UNESCO:s världsarvslista. Strosa runt på kullerstengatorna

längs kanalerna, beundra arkitekturen och gå på en kulturföreställning på kvällen.

### Dag 5-6 Vandra vid Tigersprångsklyftan

Två dagars vandring i Tigersprångsklyftan. Från en led högt uppe i bergen, ovanför Jinshafloden, kan du blicka ned i en av världens djupaste raviner. Du övernattar på fina vandrarhem och väljer svårighetsgrad på vandringen: lätt, medel eller rejält krävande.

### Dag 7-8 Shangri-La och buddhistkloster

Zhongdian eller Shangri-La som staden är omdöpt till, tillhör kulturellt och historiskt Khamprovin i det tidigare självständiga Tibet. Här ligger Songzanlinklostret uppfört av den femte Dalai Lama. Många tibetanska pilgrimer vallfärdar till tempelområdet, beläget på 3 200 m.

### Dag 9-10 Byboende och jakostfabrik

Resan går genom ett enastående vackert landskap till byn Luorong. På vägen passerar du otaliga chorten med tibetanska böneflaggor. Du bor hos en familj som driver en jakostfabrik och får smaka egenproducerade produkter. Dag 10 är målet byn Kasi vid gränsen till Yunnan.

### Dag 11-12 Tibetanska högplatån

Resan fortsätter på den tibetanska högplatån där ett grönt landskap med snöklädda toppar breder ut

sig. I Daocheng vandrar du fritt på kullar och njuter av den vackra omgivningen där jakar betar.

### Dag 13-14 Litang på 4 000 meters höjd

Den långa och upplevelserika bussresan fortsätter mot Litang på cirka 4000 meters höjd. Besök hästfestivalen, områdets kloster och gör lätta dagsvandringar i det vackra, kuperade landskapet.

### Dag 15-16 Kangding – Tibet möter Kina

Kangding, som länge varit en handelsplats där tibetaner och kineser möttes, ligger vackert i en ravin. Vid horisonten ser du berget Minya Konka (7556 m). Du kan ta linbanan upp till Paomashan Mountain eller koppla av i en varm källa.

### Dag 17-18 Shangli Old Town

Buss till Luding där du gör ett kortare stopp för lunch. Du fortsätter till Shangli, staden med en perfekt mix av historia, kultur och tradition.

### Dag 19-20 Jättepandor och jättebuddhan

Resan går vidare till Bifengxia Panda Raise base – ett stort uppfödningreservat för den utrotningshotade jättepandan. Vidare till den lilla staden Leshan med en 70 meter hög buddha från 700-talet. På kvällen buss till Chengdu.

### Dag 21 Åter till Chengdu

Här avslutas resan.

| Dagar | Deltagare | Enkelrum |           |
|-------|-----------|----------|-----------|
| 21    | 5 - 14    | 3 400 kr |           |
|       | Start     | Avslut   | Pris      |
| 2017  | 16 jul    | 5 aug    | 16 400 kr |



### Reseledare



#### Lee Maoqing

Född 1965. Började som tolk 2000 och blev reseledare 2004. Bor i Kaili i Guizhouprovinsen med sin familj. Han är utbildad lärare. Lee tillhör miaofolket och talar miao, dong, kinesiska och engelska.







Du besöker flera mäktiga vulkaner under resan. Foto: Leif Bejerstrand

## Java – gammal högkultur och aktiva vulkaner

Resan tar dig över Java, från väst till öst, längs vägar och järnvägar och avslutas på Bali. Java är extremt bördigt, jorden är gödd av aska från 45 vulkaner. Spåren av mäktiga riken syns överallt. Gamla traditioner är starka vilket märks i musik, dans, skuggspel och en mängd konsthantverk.

### Dag 1-2 Jakarta

Samling på vårt hotell. Jakarta är en stor, utspridd stad och här finns mycket att se och göra. Du åker stadsbuss till Gamla Jakarta, holländarnas Batavia. Här ser du hamnen, gamla kolonialhus och museer. Kring hotellet finns bra restauranger som har mat från hela landet.

### Dag 3-4 Buss till Carita, båt till Krakatau

Krakatau hade 1883 det största vulkanutbrottet i modern tid. Ljudet hördes i Hongkong, 4800 km bort. Den efterföljande tsunamin hade vågor på 40 meter. Vulkanen är fortfarande aktiv med regelbundna utbrott.

### Dag 5-7 Nationalparken Ujung Kulon

En synnerligen spännande nationalpark på Javas västligaste halvö. Här finns det fortfarande Javanoshörningar. Dag 7 åter till Jakarta.

### Dag 8 Dagståg till Solo

På morgonen tar du expresståg ca 8 tim till Solo. Du hinner med en kortare stadsvandring.

### Dag 9 Vulkaner och vandring

Buss till Kopeng som ligger mellan den fruktade vulkanen Merapi och den större Merbabu. Härifrån vandrar du upp till byn Cuntel på 750 m där du övernattar.

### Dag 10 Upp till Gunung Merbabu

Om du har ork och lust vandrar du upp på den lätt aktiva vulkanen. Vandringen tar hela dagen. Du kan också stanna i byn, besöka marknaden och se hur jordbruk bedrivs i detta enormt bördiga område.

### Dag 11-12 Upptäck staden Solo

Du ser dig omkring i staden och upptäcker många begivenheter. En av dagarna cyklar du i stadens utkanter och besöker småindustrier och hantverkare.

### Dag 13-14 Skuggspel i Kenteng

Tåg till närliggande Yogyakarta och vidare till

byn Kenteng. Här är du gäst hos en familj i byn. Njut av atmosfären i denna traditionella javanesiska by. På kvällen är det skådespel med traditionell skuggspelsteater; "Wayang Kulit". Reseledaren förklarar handlingen för dig. En magisk kväll!

### Dag 15-16 Yogyakarta

Buss till till Yogyakarta före lunch. Här besöker du bland annat Borobudur, ett buddhistiskt tempelkomplex från 700-talet.

### Dag 17 Mot Bromo

Tåg till Surabaya. Vidare med buss till byn Cemoro Lawang där du bor på ett gästhus.

### Dag 18 Vulkanen Bromo

Idag skall du bestiga Bromo. Du åker första biten med jeep och fortsätter därefter till fots. Njut av det vackra morgonljuset. Uppe på 2300 meters höjd kan du titta ner i den fortfarande aktiva vulkanen. Åter till Cemoro Lawang på eftermiddagen.

### Dag 19-20 Padangbai

Flyg till Denpasar på Bali och därifrån vidare med buss till Padangbai. Här kan du bada, följa med ut och fiska eller bara koppla av. Härifrån är det lätt att nå närliggande platser, som Ubud och Klungkung. Här avslutas resan dag 20.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      | Reseledare |
|-------|-----------|--------|---------------|------------|
| 20    | 5 - 14    |        | 2 500 kr      |            |
|       | Start     | Avslut | Pris          |            |
| 2016  | 9 okt     | 28 okt | 19 200 kr     |            |
| 2017  | 7 okt     | 26 okt | ring för pris |            |







Du deltar i en ceremoni med krigsspel. Foto: Maria Olofsson-Thörnqvist

## En ambitiös resa – ett stort äventyr

Resan går till provinsen Väst-Papua som har varit en del av Indonesien sedan 1968. Du ger dig ut på vandring i regnskog, boende på en ö i Sentanisjön, boende i bivack på en öde strand och framförallt får du närkontakt med danifolket under fyra dagars vandring i högländet.

### Dag 1-2 Ankomst Jayapura

Samling på vårt hotell på gångavstånd från flygplatsen i Sentani. Vila ut efter flygresan och upptäck staden Jayapura.

### Dag 3 Vandring till regnskogen

Båt över Sentanisjön till en by där bärarna väntar och vandringen börjar. Först passerar du odlingar med sötpotatis och kassava, därefter genom öppen savann tills du når skogen.

### Dag 4-5 Läger i regnskogen

Dagarna ägnas åt utflykter. Här finns paradisfågel, näshornsfågel, hjortar och vildsvin. Vi letar efter nattaktiva djur, framför allt trädkänguru. Otroligt spännande med alla dessa livsformer.

Det finns även mängder med fåglar och arter av orkidéer. Goda chanser att både se och höra den legendariska paradisfågeln. I området finns två arter.

### Dag 6-8 Byboende vid Sentanisjön

Du bryter upp och lämnar lägret och går tillbaka mot bebodda trakter. Vid Sentanisjön tar du en båt till byn Putaly. Här bor du hos en familj under två nätter. Byn är berömd för sitt fina hantverk med målningar på bark. Huvudsakligen lever man på fiske och du är välkommen att följa med ut och fiska. Kanske får du se krokodiler. Dag 8 åker du båt tillbaka till hotellet i Sentani.

### Dag 9 Flyg till högländerna

Morgonflyg upp till Wamena som är huvudort i Baliemdalen och ligger på 1600 meters höjd. Staden är liten och du kan upptäcka den på egen hand.

### Dag 10-13 Vandring i Baliemdalen

Under fyra dagar vandrar du mellan byar i Baliemdalen med lokala guider. Du övernattar i byar på lokala villkor. Landskapet är rejält kuperat och oerhört vackert. Räkna med många spännande möten med människor under de här dagarna. Kontrasten mot det omgivande samhället är slående och hoten mot det traditionella levnadssättet är

många. Här lever danifolket. Äldre män klär sig fortfarande endast i koteke, penisfodral. Dag 13 återvänder du till Wamena.

### Dag 14 Krigsspel och traditionell fest

I en daniby deltar du i en traditionell ceremoni med krigsspel. Nu får du se hur kvinnorna lagar vegetarisk mat i jordug med upphettade stenar som täcks med blad och jord. Naturligtvis får du smaka.

### Dag 15 Båt till Depapre

Morgonflyg till Jayapura. Från flygplatsen åker du bil till den lilla staden Depapre. Från hamnen åker du båt till en by vid havet där du övernattar i ett hus på pålar i vattnet.

Dag 16-18 Bad och snorkling bland korallrev Under tre nätter bor du i bivack på stranden. Härför kan du snorkla bland korallrev och fiskar eller bara njuta av de paradisiska omgivningarna.

### Dag 19 Sentani

Återfärd till Sentani. Du kan besöka byarna vid sjön och handla de berömda, målade barktygerna.

### Dag 20 Resan avslutas

Flyg hem via Bali eller Jakarta.

| Dagar | Deltagare | Enkelrum |               |
|-------|-----------|----------|---------------|
| 20    | 4 - 12    | 1800 kr  |               |
|       | Start     | Avslut   | Pris          |
| 2016  | 31 okt    | 19 nov   | 25 600 kr     |
| 2017  | 20 feb    | 11 mars  | ring för pris |
|       | 30 okt    | 18 nov   | ring för pris |

### Reseledare



#### Nicky Mehue

Född 1968. Började hos oss som tolk och är sedan 2013 reseledare. Nicky är gift och har tre barn. Familjen bor i Sentani utanför Jayapura. Förutom indonesiska talar han fyra lokala språk.







Ön Rinca med Komodo i bakgrunden. Foto: Pollytarius

## Flores och Komodoarkipilagen

Under fyra dagar färdas du med båt mellan små öar kring Komodo. Båten utgår från ön Flores. Du gör strandhugg, snorklar bland korallrev och övernattar i byar. På ön Rinca letar du efter komodovaranen, världens största ödla. Flores erbjuder långa vandringar i vidunderligt vacker natur med många vulkaner. Byarna har behållit sina traditioner och sitt hantverk.

**Dag 1 Denpasar, Bali**  
Samling på vårt hotell i Denpasar.

**Dag 2-3 Flores**  
Med flyg rakt österut till Maumere på nordöstra Flores. Ön är mycket bergig och har många vulkaner. Här lever gamla traditioner och tro kvar. Med lokalbuss till Moni, 90 km längs en slingrig väg förbi byar och odlingar. Moni ligger vid foten av den berömda vulkanen Kelimutu. Här bor Liiofolket som är berömda för sin textila tradition, *ikat*, som betyder knyta eller binda.

**Dag 4 Kelimutu med tre kratersjöar**  
Kelimutu har tre vattenfyllda kratrar. En grön, en röd och en svart. Du är på plats i soluppgången, utsikten är betagande. Innan middagshettan slagit till vandrar du nedför vulkanslutningarna genom byar, kaffeplantager, nejlikor, macadamia och risodlingar. Övernattning i Moni.

**Dag 5-6 Bajawa och Ngadafolkets byar**  
Buss i cirka fem timmar till Bajawa. Bussen gör täta stopp, folk och bagage skall av och på. Bajawa är en liten stad i bergen omgiven av vulkaner. Detta är Ngadafolkets område med mycket vackra traditionella byar.

**Dag 7-9 Vandring och byboende**  
Du vandrar på småvägar och stigar till en by vid foten av vulkanen Inerie (2245 m). Här bor du och 1-2 personer till hos en familj. Vill du hjälpa till i jordbruket så finns chansen. Dag 9 åter till Bajawa.

**Dag 10 Labuan Bajo**  
En heldag på bussen, slutmålet är Labuhan Bajo på Flores västkust. Talamod är nödvändigt när man färdas på Flores.

**Dag 11-14 Kryssning runt Komodo**  
Under några dagar bor du på båt och gör en fantastisk färd genom arkipelagen kring Komodo. Första natten bor du hos en familj på ön Rinca.

Här följer du parkvakter till varanernas favorit-tillhåll, dit vilda djur kommer för att dricka. Du ser de väldiga komodovaranerna som blir upp till 2,5 meter och kan väga 90 kg. Spännande men inte farligt. Nästa stopp blir ön Padar. Du sover på båten. Det finns inga hytter, du sover på madrass på övre eller undre däck. Du kommer att kunna snorkla bland korallrev varje dag. Mat lagas på båten så räkna med färsk fisk hela tiden. Dag 14 åter till Labuan Bajo.

**Dag 15 Labuan Bajo**  
Detta är den största staden på Flores. Här finns en riktig hamn, en del större fiskebåtar, liksom traditionella utriggare.

**Dag 16-17 Bali**  
På förmiddagen flyg till Denpasar på Bali där du kan pusta ut efter resan. Resan avslutas dag 17 men Bali är en trevlig plats så stanna gärna kvar några extra dagar.

| Dagar | Deltagare | Enkelrum | Reseledare |
|-------|-----------|----------|------------|
| 17    | 5 - 14    | 3 000 kr |            |
|       | Start     | Avslut   | Pris       |
| 2017  | 1 april   | 17 april | 18 600 kr  |
|       | 9 juli    | 25 juli  | 18 600 kr  |



**Pollytarius (Polly)**  
Född 1971. Började hos oss som mycket ung tolk 1990. Uppvuxen på Borneo, men flyttat till Jakarta. Engagerad i organisationer som arbetar med ekoturism. Kan mycket om fåglar.







På Djungelresan är det lätt att få nya kompisar. Foto: Niklas Hjertstedt

## Upptäcktsresa i djungeln

En resa för familjer som vill avnjuta sin semester i Malaysia på ett annorlunda sätt. Små och stora äventyr garanteras. Ni kommer bland annat att göra utflykter och expeditioner in i regnskogen. Under några dagar bor ni i en malajisk by och lär er mycket om livet i en annan kultur. Resan avslutas på en ö med fina korallrev.

### Dag 1 Kuala Lumpur

Samling på vårt hotell i Kuala Lumpur.

### Dag 2 Eldflugor i mangroven

Ni åker med hyrd buss till naturreservatet Kuala Selangor vid kusten. Här ser ni vadarfåglar, apor och varaner. Starkast intryck gör nog de intensivt blinkande eldflugorna i kvällsmörkret.

### Dag 3-4 Molnregnskog i Frasers Hill

På morgonen besöker ni ett projekt där man återplanterar mangroveskog för att skydda kusten. Läs & Res stöder projektet och barnen får plantera. En garanterat rolig och lärorik upplevelse. Därefter tar ni buss till Frasers Hill,

där de koloniala byggnaderna vittnar om en svunnen tid. Här på 1500 meters höjd är temperaturen behaglig och ni vandrar i molnregnskog.

### Dag 5-6 Fladdermöss och jättepaddor

Buss till den lilla staden Jerantut. På vägen besöker ni Kuala Gandah. Här tar man hand om djur i behov av vård, bland annat hjortar och pytonormar. Andra dagen gör ni en utflykt till en närbelägen grotta där det finns mängder med fladdermöss, jättepaddor och kanske den blinda grottormen.

### Dag 7-9 Bo i Kuala Serau

Efter lunch till byn Kuala Serau. Ni inkvarteras hos en malajisk familj där någon i familjen talar lite engelska. Här finns det gott om lekkamrater. Barnen får prova på att tappa gummi, plocka frukter i träden och hjälpa till med vardagssysslor.

### Dag 10-13 Äventyr i regnskogen

Med hyrd buss till regnskogsområdet i Kuala Koh. Ni åker båt uppför floden till Kuala Pertang. Under tre nätter bor ni i rymliga tält, mat serveras tre gånger om dagen av medföljande kock. Skogens ljud är överväldigande. På morgonen drar flockar med apor genom trädkronorna och med lite tur ser ni hjortar, tapirer samt spår av elefant och tiger. På dagarna gör ni utflykter och badar i floden. En dag vandrar ni till en by där minoritetsfolket Orang

Asli bor. De är Malackas ursprungsfolk. Ni åker tillbaka på bambuflottar som ni själva tillverkar. Dag 13 åker ni till Gua Musang och bor på hotell.

### Dag 14 Till ön

På morgonen åker ni djungeljärnvägen till Tanah Merah och därifrån buss till Kuala Besut vid havet. Från Kuala Besut åker ni båt två timmar rakt ut i Syd kinesiska Sjön till Pulau Perhentian Besar.

### Dag 15-18 Paradisbad på Perhentian Besar

Ni stannar på ön i fyra dagar. Den är omgiven av korallrev och ni kan snorkla hela dagarna. Ni hyr en båt för att utforska några obebodda öar. Ni har med er tält och kan leka Robinson Crusoe.

### Dag 19-20 Kota Bharu

Ni lämnar ön och tar taxi till Kota Bharu med fina shoppingmöjligheter och en berömd nattmarknad. Resan avslutas i Kota Bharu dag 20.



| Dagar | Deltagare |        |           |
|-------|-----------|--------|-----------|
| 20    | 6 - 20    |        |           |
|       | Start     | Avslut | Pris      |
| 2016  | 10 jul    | 29 jul | 15 700 kr |
|       |           | < 12   | 11 100 kr |
| 2017  | 9 jul     | 28 jul | 16 300 kr |
|       |           | < 12   | 11 400 kr |



### Reseledare



### Ruslan bin Ujang

Född 1963. Arbetat för oss sedan 1998. Bor med fru och tre barn i Ampang, en förstad till Kuala Lumpur. Arbetar som guide.





Trevliga och spännande möten med den glada lokalbefolkningen. Foto: Daniel Reidal

## En dramatisk historia

Kambodja har länge levt i skuggan av Khmerimperiets storhetstid och minnen från Röda Khmerernas skräckvälde. Du möter ett folk och en nation som är på väg att göra upp med sitt förflutna och blickar framåt. Du besöker de bländande Angkortemplen, bor i en by på landet och strosar runt i Phnom Penhs koloniala kvarter.

### Dag 1 Phnom Penh

Samling på vårt hotell i Phnom Penh.

### Dag 2-4 Ut på landsbygden

Du gör en bussresa till Sen Monorom i provinsen Mondulhiri. Det är den mest glesbefolkade provinsen i Kambodja, med bara 35 000 invånare, och hem för Bunongfolket. Med provinsens huvudstad Sen Monorom som bas utforskar du delar av provinsen, bland annat landets mest spektakulära vattenfall Buo Sraa. Under ett dygn bor du hos en familj i byn Pou Siam och lär dig mer om vardagslivet på landsbygden.

### Dag 5-7 Cykla mellan öar i Mekong

Buss till den fridfulla staden Kratie som ligger vackert vid landets livsnerv Mekongfloden. Det här är den bästa platsen för att se de sällsynta och utrotningshotade sötvattensdelfinerna. Här cyklar du mellan byar och tar dig ut till öar i Mekong. På små grusvägar och stigar kommer du långt bort från stadens oväsen. Du kan stanna var du vill och kommunicera med dem du möter.

### Dag 8 Kampong Cham

Du tar båt till Kampong Cham, porten till östra och nordöstra Kambodja. Kampong Cham är känt för sina fina tyger i siden. Cykla till byn Chung Kran där alla hushåll har en vävstol eller till ön Koh Paen i Mekongfloden, där den ståtliga bambubron är en attraktion.

### Dag 9-11 Kep och Kampot – ut till havet

Idag åker du buss till Kep som är en liten badort som ligger vackert vid kusten. Kep är en behaglig plats. Härifrån kan du göra utflykter till den närliggande staden Kampot samt nationalparkerna Ream och Kirirom. Här finns goda chanser att se apor och en mängd fåglar. Gör också utflykter till havs. Den mest kända ön är Rabbit Island (Koh Tonsay) som har traktens finaste stränder.

### Dag 12-13 Phnom Penh

Idag åker du buss till Phnom Penh, Kambodjas huvudstad. Besök kungahuset, Nationalmuseet och den praktfulla gamla marknaden. Phnom Penh är en stad med stora kontraster. Ett besök i det gamla tortyrcentret Tuol Sleng är nog trots de obehagliga känslorna ett måste, liksom avrättningsplatsen Choeung Ek, där 17 000 kambodjaner mötte döden. Det är ett av landets många killing fields.

### Dag 14-17 Angkor Wat

Efter frukost åker du båt på sjön Tonle Sap upp till Siem Reap. Med Siem Reap som bas utforskar du Angkortemplen. Här är cykel det optimala transportmedlet. Angkor byggdes mellan åren 802 till 1432 och sträcker sig över en yta på 200 kvadratkilometer. Blandningen av buddhism, hinduism och regnskog som är sammanvuxen med templen i kombination med de fantastiska reliefväggarna gör Angkor unikt och storslaget.

### Dag 18-19 Båt till Battambang

En av de vackraste båtfärderna i Kambodja går till staden Battambang, en trevlig stad med välbevarade kolonialbyggnader.

### Dag 20-21 Till Phnom Penh

Buss till Phnom Penh. Här avslutas resan.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 21    | 6 - 16    |        | 2900 kr       |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 29 dec    | 18 jan | 15 100 kr     |
| 2017  | 18 nov    | 8 dec  | ring för pris |



### Reseledare



#### Phan Vuthy

Vuthy är född 1975 och arbetar som journalist och TV-producent, följaktligen är han väl insatt i hur dagens Kambodja fungerar. Han är gift och har två döttrar och är bosatt i Phnom Penh.







Flytande fiskeby i Si Phan Don i Laos. Foto: Stefan Triumf

## Tre länder – tre kulturer – tre kök

En resa genom tre länder. I Kambodja besöker du de världsarvslistade Angkortemplen och huvudstaden Phnom Penh. I Laos får du uppleva Mekongflodens allra vackraste del; Si Phan Don. I Vietnam kommer du till välbevarade Hoi An samt cyklar mellan risfält och sockertoppsberg. Resan avslutas i pulserande Hanoi.

**Dag 1-3 Siem Reap och Angkor Wat**  
Samling på vårt hotell i Siem Reap. Med Siem Reap som bas utforskar du de imponerande Angkortemplen.

**Dag 4-5 Phnom Penh**  
Du åker båt nedför sjön Tonle Sap till Phnom Penh. Kungapalatset, nationalmuseet och den praktfulla gamla marknaden är ett måste. Besök även tortyrcentret Tuol Sleng och Choeung Ek, där 17 000 kambodjaner mötte döden.

**Dag 6-7 Cykla på öar i Mekong**  
Buss till fridfulla Kratie, som ligger vackert vid Mekongfloden. Här kan du se de sällsynta sötvattensdelfinerna och cykla på öar i Mekong.

**Dag 8-10 Laos – Si Phan Don**

Efter frukost gör du en bussresa från Kratie till Si Phan Don i Laos. Under tre dagar bor du på ön Don Khong i denna vackra del av Mekong. Här kan du göra utflykter med båt och cykel.

**Dag 11 Tempelkomplexet Wat Phu**

Denna dag åker du med buss till tempelkomplexet Wat Phu som härrör från det gamla Khmerriket. Övernattning i staden Paxe, vackert belägen vid Mekong.

**Dag 12-13 Bybesök och dagsvandring**

Du beger dig från Mekong till Tad Lo på Bolevanplatan. Här finns det många etniska minoriteter och fina vandringmöjligheter. Andra dagen bor du i en traditionell by med enkla men bekväma trähus.

**Dag 14-15 Attapeu, marknader och byar**

Vidare till Attapeu med flera naturliga stopp på vägen. Bekanta dig med staden och den kringliggande landsbygden. Passa på och besök museet om Vietnamkriget och Ho Chi Minh-leden.

**Dag 16-17 Vietnam – världsarvet Hoi An**

Med buss till vietnamesiska gränsen och därifrån vidare hela vägen till Hoi An. Denna vackra och välbevarade stad var från 1600-talet en viktig mötesplats för portugisiska, kinesiska och japanska handelsmän. Njut av staden och bada i havet. På

kvällen nattåg från Da Nang upp till Ninh Binh.

**Dag 18 Sockertoppsberg och risfält**

Du installerar dig i byn Tam Coc i ett makalöst vackert landskap. Sockertoppsformade berg reser sig på de omgivande risfälten. Det är lätt att förstå att platsen är populär bland fotografer.

**Dag 19 Med cykel till Hoa Lu**

Med cykel utforskar du omgivningarna. Du kommer först till Hoa Lu som var Vietnams huvudstad fram till 1000-talet. Därifrån vidare till naturreservatet Van Long.

**Dag 20 Tam Coc**

Du återvänder till Tam Coc. Eftermiddagen är fri och du kan göra vad du vill. Åk båt på floden eller bara njut av de vackra omgivningarna.

**Dag 21-22 Hanoi**

Vidare med buss till Hanoi. Ditt hotell ligger i gamla stan, en fantastisk plats. Njut och låt dig bedåras. Här avslutas resan.



| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 22    | 5 - 14    |        | 2 500 kr      |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 23 okt    | 13 nov | 19 400 kr     |
| 2017  | 12 feb    | 5 mars | 19 400 kr     |
|       | 22 okt    | 12 nov | ring för pris |



### Reseledare

#### Phan Vuthy

Leder resan i Kambodja.  
Född 1975. Började arbeta hos oss 2008.

#### Souvannalath Detoudorn

Leder resan i Laos.  
Född 1977. Började jobba för oss 2012.

#### Nguyen Chi Linh

Leder resan i Vietnam.  
Född 1972. Började arbeta hos oss 2007.





Under resan vandrar du mellan byar med olika minoritetsfolk. Foto: Siv Domeij

## Vandring mellan byar

Följ med på en kontrastrik resa med vandringar i två helt olika länder. Du garanteras möten med människor, vacker natur, djur och gudomlig mat. Den moderna historien går som en röd tråd genom resan. Andra höjdpunkter blir Hanoi, Vieng Xai, Krukslätten och kungastaden Luang Prabang.

### Dag 1-2 Hanoi

Samling på vårt hotell i Ha Noi, en av de trevligaste huvudstäderna i Asien. Det är en stad i ständig förändring som bevarat lite småstadskänsla.

### Dag 3 Buss till Mai Chau

Morgonbuss till Mai Chau, som du har som bas inför vandringen i Pu Luong. Du kommer fram tidig eftermiddag och tar in på hotell.

### Dag 4-7 Vandring mellan byar

Under fyra dagar vandrar du mellan byar befolkade av olika minoritetsgrupper, främst Muong och Thai. Du vandrar i ett lugnt tempo, 5-7 timmar per dag och bor hemma hos familjer. Fokus under vandringen är möten med människor och att lära

sig mer om livsvillkoren på den vietnamesiska landsbygden. Landskapet är betagande vackert, genomkorsat av risfält, sockertoppsberg och stora skogar. Dag 7 vandrar du tillbaka till Mai Chau.

### Dag 8-9 Grottorna i Vieng Xai

Vidare till Vieng Xai i Laos. Eftermiddagen är fri. Dag 9 bekantar du dig med Vieng Xai och de berömda grottorna. Under Vietnamkriget bodde upp till 20 000 människor i och omkring grottorna. Den här vackra och fridfulla platsen var en gång hårt befäst och bombades dagligen under 10 års tid.

### Dag 10 Byboende i Vieng Thong

Buss till staden Sam Neua, där du gör en kortare stadsvandring. Sedan fortsätter du till byn Vieng Thong där du bor hos en familj över natten.

### Dag 11-13 Vandring i Nationalpark

Nu är du inne i gränsområdet till Nationalparken Nam Et Phou Louey. Hela området omfattar en yta av 6000 kvadratkilometer. Efter frukost åker du till byn Ban Sakok. Här är vandringen mer inriktad på djur och natur än i Vietnam. Vandringsträckorna är kortare, kontakten med orörd natur och hög biodiversitet är väsentligt större. Här finns bland annat mängder med fåglar, trädleopard, sambarhjort och vitkindad gibbon. Du

kommer att se spår av djur vid utsatta saltstenar. Vandringen går i nationalparken så du kommer att lära dig mycket om viltvård och villkoren för de människor som bor i parkens gränsområde.

### Dag 14-15 Krukslätten i Phonsavan

Bussresa till Phonsavan på Krukslätten. Du kommer att göra stopp för bland annat bybesök och under eftermiddagen kommer du fram till Phonsavan. Dag 15 har du en heldag för att titta på de hundratala stenkruckorna. Vem som har tillverkat krukslätten, när de tillverkades och vad de har använts till är höljt i dunkel. Helt klart är att det är något magiskt över Krukslätten. Sen eftermiddag åker du till ruinerna av den tidigare provinshuvudstaden Muang Khoum.

### Dag 16-18 Världsarvet Luang Prabang

Resan fortsätter till Luang Prabang genom ett vackert landskap. Här trängs mängder av praktfulla tempel. En av de absoluta höjdpunkterna är ett besök i det gamla kungapalatset som idag är museum. Maten i Luang Prabang är osedvanligt delikat – åt minst en måltid på den fantastiska marknaden. Missa inte grön papayasallad med torkad grillad biff och "sticky rice". Här avslutas resan.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 18    | 5 - 15    |        | 2100 kr       |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 5 nov     | 22 nov | 17 900 kr     |
| 2017  | 7 nov     | 24 nov | ring för pris |

### Reseledare



### Nguyen Van Nang

Född 1964 och arbetat för oss sedan 1999. Bor i Hanoi med fru och två barn. Utbildad lärare i engelska. Samlar antikt porslin och keramik.







Skymning i världsarvet Luang Prabang. Foto: Robert Howe

## Landet längs Mekong

Med guldgänsande pagoder, buddhism, mängder av minoritetsfolk och orörd natur är Laos ett av Sydostasiens mest fascinerande länder. Landet upplevs bäst i en båt på väldiga Mekongfloden eller på någon av dess bifloder. Du som söker ett lugnt tempo, gästfrihet och god mat kommer att bli bönhörd. Under två dagar vandrar du mellan byar i norra Laos. Dessutom får du uppleva den mytomspunna Krukslätten samt följa med på en unik båtfärd i den magnifika Kong Lor-grottan.

### Dag 1 Chiang Rai

Ankomst till Chiang Rai i norra Thailand där du möts av reseledaren på samlingshotellet.

### Dag 2 Båt på Mekong till Pak Beng

Buss till Chiang Khong vid gränsen till Laos och sedan fortsätter du med båt längs Mekongfloden till staden Pak Beng. Tempot är lugnt och du tar del av den lokala kulturen längs med floden.

### Dag 3 Udomxai

Du åker buss till Udomxai, huvudstad i provinsen med samma namn. Du passerar genom hmong- och thaibyar längs vägen. Den här delen av Laos är orörd och levnadssättet är traditionellt.

### Dag 4 Båt till Muang Ngoi

Morgonbuss till Muang Khoua och därifrån båt ner längs floden Nam Ou till byn Muang Ngoi.

### Dag 5-6 Vandring mellan byar

Muang Ngoi ligger vid floden Ou i fantastiskt natursköna omgivningar. Under två dagar vandrar du på smala stigar mellan byar och belönas med fantastiska vyer över bergen och spännande möten med olika etniska grupper.

### Dag 7 Upplev bylivet i Muang Ngoi

Dagen efter vandringen blir en lugn dag i vackra Muang Ngoi. Välj själv om du vill vandra, ta en tur på floden eller bara stressa av och njuta av bylivet. På kvällen deltar du i en laotisk middag med traditionell musik och fantastisk laotisk mat.

### Dag 8-10 Världsarvet Luang Prabang

Båt till Nong Khiaw och sedan lokalbuss till den tidigare kungliga huvudstaden Luang Prabang. Här trängs mängder av praktfulla tempel och kloster. En av de absoluta höjdpunkterna är ett besök i det gamla kungliga palatset.

### Dag 11-12 Krukslätten och hmongbyar

Buss genom ett kuperat landskap till staden Phonsavan. Här utforskar du den mytomspunna Krukslätten. Du får också besöka hmongbyar och göra kortare vandringar i omgivningarna.

### Dag 13-16 Mot Kong Lor-grottan

Buss från Phonsavan genom ett fantastiskt grönskande bergslandskap. På vägen passerar du stupor och en jättebuddha. Du fortsätter på vägar där få turister färdas. Halvvägs till Kong Lor övernattar du mitt i ingenstans i den lilla byn Khoc Kham. Dag 14 kommer du fram till Hin Boun. Här bor du alldeles invid floden Nam Hai. Under två dagar utforskar du omgivningarna och åker båt genom den 7 km långa Kong Lor-grottan.

### Dag 17-18 Huvudstaden Vientiane

Tidig buss till Laos charmiga huvudstad Vientiane. Passa på att besöka Tat Luang – landets viktigaste helgedom och avnjut några läckerheter från det laotiska köket. Sista kvällen tar du nattåg till Bangkok där resan avslutas dag 19.

### Dag 19 Bangkok

Bangkok, tid för shopping. Här avslutas resan.

| Dagar      | Deltagare | Enkelrum  |
|------------|-----------|-----------|
| 19         | 5 - 14    | 2000 kr   |
| Start      | Avslut    | Pris      |
| 2017 4 feb | 22 feb    | 19 300 kr |

### Reseledare



### Ted Wilmarsgård

Ted är svensko och född 1963. Han är huvudsakligen bosatt i Luang Prabang. Har bott i Thailand och Laos sedan 1987. Gift med laotiska Lee och de har en son. Han talar flytande thai och lao och arbetar som simultantolk och översättare.







Fiskare på Inle lake med sitt speciella sätt att ro. Foto: Håkan Palm

## En demokrati i utveckling

Burma är ett förtrollande vackert land med stor etnisk mångfald, gyllene pagoder och fantastisk mat. Burma var tills nyligen ett av världens mest isolerade länder. Överraskande har militärjuntan gjort helt om och demokratin har börjat spira. Du möts nu av optimism och öppenhet. Res till Burma och upplev förändringen på plats.

### Dag 1-3 Mandalay

Samling på vårt hotell i Mandalay, Burmas kulturella centrum. Vandrar runt och insup atmosfären. Här hyr du en cykel som följer med ända till Bagan. En av dagarna gör du en färd på cykel längs den mäktiga Irrawaddyfloden.

### Dag 4 Sagaing via Inwa och Amarapura

På cykel till Sagaing. På vägen passerar du två gamla huvudstäder; Inwa och Amarapura och träbron U Bein, byggd i teak runt år 1850.

### Dag 5 Bybesök i Natsein

Utflykt till reseledarens hemby Natsein. En traditionell by där tiden har stått still.

### Dag 6 Gyllene pagoder

I ett kuperat landskap ligger den vackra staden Sagaing med alla sina gyllene pagoder. Du ser Sagaing på cykel och åker sedan buss till Shwebo.

### Dag 7 Cykel i Shwebo

Cykling runt Shwebo och förutom folklivet och alla buddhistiska attraktioner finns här Burmas bästa marknad. Överallt möter du vänliga leenden och nyfikna blickar.

### Dag 8 Båt till Mingun

Du cyklar 30 kilometer på små vägar till krukmarkestaden Kyauk Myaung. Därifrån båt till Mingun och resterna av det som var tänkt att bli världens största pagod.

### Dag 9-10 Båt på Irrawaddy till Bagan

Sakta reser du nedför den stora floden. Förhoppningsvis ser du någon av de sällsynta Irrawaddydelfinerna. Du sover på en madrass på däck.

### Dag 11-12 Cykla i Bagan

Bagan var huvudstad i ett mäktigt rike från år 900 fram till år 1300. Idag finns här ca 2200 pagoder. Du gör en utflykt och tittar på några av de bäst bevarade. Sista dagen i Bagan är fri.

### Dag 13 Bagan till Kalaw

Hyrd buss till Kalaw via Mt Popa. Mt Popa är cen-

trum för dyrkan av andar som har stor betydelse i burmesisk folktro. Färden till Kalaw går vidare genom södra Shanbergens skogar.

### Dag 14-15 Vandring i Shanbergen

Du vandrar 4-6 timmar om dagen i mindre grupper. Övernattning i byar eller kloster.

### Dag 16 Tåg till Inle lake

Tåg till Nyaung Shwe vid Inle lake. De burmesiska tågen är en dröm för en tågälskare. Folklivet i vagnarna och på perrongerna är färgrikt och minst sagt myllrande.

### Dag 17-18 Kors och tvärs på Inle lake

På Inle lake är hela byar byggda på pålar ute i sjön. Du åker runt på sjön och besöker byar och marknader.

### Dag 19 Flyg till Yangon

Flyg till Yangon från Heho.

### Dag 20-21 Yangon

Yangon är en stad med mängder av gamla koloniala byggnader. Shwedagon pagoden är ett underverk av skönhet. Passa på att avnjuta burmesisk mat i något av alla de otaliga gatustånden.

Här avslutas resan.

### Reseledare



#### Myint Tun

Född 1969. Började som tolk hos oss 2002. Leder resorna sedan 2007. Universitetsexamen i filosofi. Bor i Mandalay och arbetar som guide. Gift och har tre barn. Hängiven buddist.



| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 21    | 5 - 16    |        | 3900 kr       |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 5 nov     | 25 nov | 19 800 kr     |
|       | 22 dec    | 11 jan | 19 800 kr     |
| 2017  | 22 jan    | 11 feb | 19 800 kr     |
|       | 5 nov     | 25 nov | ring för pris |
|       | 21 dec    | 10 jan | ring för pris |







Långsamt tåg som stannar vid alla småstationer. Foto: Christian Jutvik

## Ett land i förvandling

Passa på att uppleva Burmas demokratiutveckling på plats. Vår resa går till Burmas kulturella centrum Mandalay, Bagan med tusentals pagoder, rubingruvorna i Mogok samt den märkliga Inle lake. Du får besöka byar, göra otroliga tågresor och färdas med båt längs floden Irrawaddy. Du möter gästfrihet, glädje och ett spirande hopp om en ljusare framtid.

### Dag 1-2 Mandalay

Samling på vårt hotell i Mandalay. Nästa dag utforskar du staden tillsammans med din reseledare.

### Dag 3 Kolonialstaden Pyin Oo Lwin

Buss till Pyin Oo Lwin, en bergsstation under den brittiska kolonialtiden. På gatorna rullar hästdroskor och många av husen är korsvirkeshus.

### Dag 4-5 Goitekviadukten och Thibaw

Du tar tåget över den spektakulära Goitekviadukten, 104 m hög och byggd 1901. På eftermiddagen kommer du fram till Thibaw, en gång Shanstatens

kungliga huvudstad, idag en genuin avkrok dit få turister hittar. Runt Thibaw bor många minoritetsfolk och du kan möta dem under en vandring eller om du i gryningen går till marknaden vid floden. Vi gör en båttur uppför floden och besöker shanbyn Sunlon.

### Dag 6-8 Rubingruvorna i Mogok

Buss till Mogok. Här ligger de berömda, hemlighetsfulla rubingruvorna. Stängt för utlänningar sedan 1950. Tills nu.

### Dag 9 Båt nedför Irrawaddy

Egen båt nedför den mäktiga floden Irrawaddy till krukmakarbyn Kyauk Myaung. Här övernatrar du på båten.

### Dag 10-11 Båt till Mingun och Sagaing

Båten stannar i Mingun. Här ligger den ofullbordade stupa som började byggas 1791 och skulle bli världens största. Här ser du också världens största klocka, 91 ton! Båten går till Mandalay och vi passerar de charmiga städerna Sagaing och Amarapura samt U Bein, en träbro byggd i teak omkring år 1850.

### Dag 12 Byn Nat Sein

Buss till reseledarens hemby Nat Sein. En traditionell by där tiden i mångt och mycket har stått still. Övernattning i Bagan.

### Dag 13-14 Bagan på cykel

Bagan var centrum för ett mäktigt rike under åren 900-1300. Här om vittnar ca 2200 pagoder och stupor. Här hyr du en cykel för utflykter bland otaliga pagoder.

### Dag 15 Mt Popa och Kalaw i Shanbergen

Hyrd buss till Kalaw via Mt Popa, centrum för dyrkan av andar, som har stor betydelse i burmesisk folktro.

### Dag 16 Tåg genom Shanstaten

Tåg till Nyaung Shwe med täta stopp i småstäder och byar.

### Dag 17-18 Inle lake

På Inle lake är hela byar byggda på pålar ute i sjön. Folklivet och vyerna är spektakulära. Du åker runt på sjön och besöker byar och marknader.

### Dag 19-20 Yangon

Flyg till Yangon, som är en stad med ett rikt folkliv, stor etnisk blandning och mängder av gamla koloniala byggnader. Den verkligt stora attraktionen är den praktfulla Shwedagonpagoden som du besöker i skymningen. Här avslutas resan.

| Dagar | Deltagare |         | Enkelrum      |
|-------|-----------|---------|---------------|
| 20    | 5 - 16    |         | 3 900 kr      |
|       | Start     | Avslut  | Pris          |
| 2016  | 9 okt     | 28 okt  | 19 800 kr     |
| 2017  | 19 feb    | 10 mars | 19 800 kr     |
|       | 8 okt     | 27 okt  | ring för pris |

### Reseledare



#### Myint Tun

Född 1969. Började som tolk hos oss 2002. Leder resorna sedan 2007. Universitetsexamen i filosofi. Bor i Mandalay och arbetar som guide. Gift och har tre barn. Hängiven buddist.







Många spännande möten i de byar du passerar. Foto: Ann Scherling

## I förändringens tid

Burma håller på att demokratiseras och förändringens vindar blåser. Landet har fått sin första civila president på 50 år och hopp finns om att vägen mot verklig demokrati nu blir både rakare och raskare. Du möter glädje, nyfikenhet och framtidstro. På resan besöker du bland annat Golden Rock, Hpa An, Malwamyine, Dawei och Yangon.

### Dag 1 Samling i Yangon

Samling på vårt hotell i Yangon.

### Dag 2 Yangon till Golden Rock

Buss till Kyaiktiyo och Golden Rock, som är ett stort förgyllt klippblock som ser ut som att det ska komma i rullning och ramla ner närsomhelst. Men var lugn – stenen ligger kvar tack vare gudomlig kraft.

### Dag 3 Cykel till Thaton (75 km)

Efter frukost börjar cyklingen till staden Thaton, du har gott om tid. Förbered dig på många nyfikna blickar. Hit kommer sällan några turister och ännu färre på cykel.

### Dag 4-5 Längs risfält till Hpa An (65 km)

Idag skall du cykla till staden Hpa An. Landskapet domineras av risodlingar; flackt, grönt, vattenbemat och otroligt vackert. Dag 5 gör du en rundtur på cykel i och omkring Hpa An och besöker bland annat de berömda grotterna Sadan och Kawkon.

### Dag 6-8 Cykel till Mawlamyine (60 km)

Dagens etapp går till staden Mawlamyine, Burmas tredje största stad. Mawlamyine var under en period huvudstad i den brittiska kolonin Burma. Här sover du tre nätter. Dag 7 åker du båt till den närliggande ön Bilu Kyun. Ön har över 70 byar och en rik hantverkstradition. Cykelturen går i lugnt tempo på vägar kantade av träd och över intensivt gröna fält. I hamnen på andra sidan ön tar du en båt tillbaka till Mawlamyine. Dag 8 är en ledig dag. Utforska staden med omnejd på egen hand, till fots eller på cykel.

### Dag 9 Thanbyuzayat (60 km)

Till Thanbyuzayat varifrån dödens järnväg utgick. Den byggdes av allierade krigsfångar plus tvångskommenderade burmeser och thailändare. Här finns en krigskyrkogård där ca 4000 engelsmän ligger begravda.

### Dag 10 Thanbyuzayat – Ye (90 km)

Staden ligger väldigt vackert längs floden Ye. Här säger du adjö till din cykel.

### Dag 11 Buss till Dawei

Innan lunch åker du buss ner till staden Dawei som är en trevlig stad med gamla koloniala byggnader och trevliga restauranger med delikata lokala specialiteter. När du kommer fram gör du en kortare stadsvandring och bekantar dig med de centrala delarna. Resten av dagen är fri.

### Dag 12-13 Maungmagan

Maungmagan är en paradisk plats som kommer att bli ditt hem i 2 dagar. Turismen är inte så utvecklad och stranden är mycket fin.

### Dag 14-16 Flyg till Yangon

Yangon är en lätt bedagad stad med ett myllrande folkliv. Shwedagon – pagoden är ett under av skönhet. Utbudet av mat är stort; passa på att avnjuta god burmesisk mat i något av alla de otaliga gatu-stånden. Åk gärna med Yangon Circle Line. Tåget är inte bekvämt men däremot intressant. Nu får du prova hur kollektivtrafiken fungerar i Burma. Här avslutas resan.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 16    | 5 - 16    |        | 2600 kr       |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 18 dec    | 2 jan  | 17 900 kr     |
| 2017  | 2 feb     | 17 feb | 17 900 kr     |
|       | 17 dec    | 1 jan  | ring för pris |

### Reseledare



#### Nay Myo Ko

Född 1980. Började arbeta hos oss 2012. Universitetsexamen i turism. Bor strax utanför Mandalay och arbetar som guide. Gillar att cykla och vandra. Alltid nära till skratt. Gift och har en son och en dotter.







Du cyklar i vackra omgivningar. Foto: Bengt Mattsson

## Möten du aldrig glömmer

Ett äventyr på cykel längs småvägar, mellan byar och städer i Röda flodens delta. Du cyklar rätt in i den vietnamesiska vardagen. Resan avslutas vid havet, inte i turisstäta Ha Long utan i Bai Tu Long Bay som ligger närmare Kina. Här får du lättjefulla dagar vid havet. Utforska öarna till fots eller cykel och passa på att äta välagad mat bestående av havets läckerheter.

### Dag 1 Samling i Hanoi

Samling på vårt hotell i Ha Noi. Med sina trädkantade gator är Ha Noi en av de trevligaste asiatiska huvudstäderna. Det är en stad i ständig förändring, som trots detta bevarat lite småstadskänsla. Besök Etnografiska museet, Armémuseet, Ho Chi Minhs mausoleum eller vandra bara runt i staden.

### Dag 2 Cykelstart

Du passerar sju provinser under elva dagar och cyklar 50-70 km om dagen så du behöver ha skaplig kondition och vara en någorlunda van cyklist. Du cyklar genom ett vackert landskap i en halvcirkel

runt Hanoi. Området består till stor del av risfält genomkorsade av vattendrag, majestätiska kalkstensberg och stora skogsområden. Du börjar med att pröva ut mountainbikes hos cykeluthyraren. Under den första cykeldagen stannar du till i Van Phuc, byn där Vietnams finaste siden vävs.

### Dag 3-11 Cykla genom jordbruksbygd

Du cyklar på småvägar och etappen under dag 3 går till Gia Vien. Dag 4-5 cyklar du till nationalparken Cuc Phuong, som är hem för hundratals arter av växter och djur, varav många är utrotningshotade. Här får du chans att vila ut och upptäcka den 22 200 hektar stora parken, som är en av Vietnams viktigaste platser för biologisk mångfald. Parken har även ett räddningscenter för langurer, som räddats från illegala handlare. Parkens orörda regnskog är hemvist för 308 fågelarter och erbjuder fina vandringar.

Under dag 6-7 går färden vidare till naturreservatet Van Long, där du har möjlighet att göra en båttur. Du cyklar vidare mot Hoa Lu som var kunglig huvudstad år 968-1009. Dag 8 går turen till Con Vangh genom norra Vietnams största våtmarker, i Xuan Thuy Nationalpark.

Dag 9-10 fortsätter du genom ett riktigt låglandsområde. Här är det fullt med tempel och pagoder.

Dag 11 cyklar du in i Hanoi över den legendomspunna Long Bien-bron som byggdes 1903.

### Dag 12 Asiens Paris

Hanoi är en bra stad att pusta ut i. Här finns en mängd bra restauranger. Passa på att skämma bort dig själv efter de senaste dagarnas bitvis hårda cykling.

### Dag 13 Oförstörd övärld

Buss till Van Don Island, som ligger i Bai Tu Long Bay. Området är lika vackert som världsberömda Halong Bay, men inte alls lika påverkat av turism. Första övernattningen sker på öns huvudort Cai Rong.

### Dag 14-16 Quan Lans fina stränder

Du tar morgonfärjan genom den sagolikt vackra arkipelagen i Bai Tu Long Bay till ön Quan Lan. En ö där du kan njuta av helt öde, kritvita stränder och stillhet. Här finns flera små laguner och knappt några turister. Här får du tid att vila upp dig ordentligt efter cyklingen.

### Dag 17-18 Åter till Hanoi

Du återvänder till Van Don och därifrån med buss till Hanoi för en sista övernattning. Här avslutas resan.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 18    | 5 - 14    |        | 2 500 kr      |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 14 okt    | 31 okt | 15 400 kr     |
| 2017  | 22 okt    | 8 nov  | ring för pris |

### Reseledare



#### Nguyen Van Nang

Född 1964 och arbetat för oss sedan 1999. Bor i Hanoi med fru och två barn. Utbildad lärare i engelska. Samlar antikt porslin och keramik.







Marknad vid Mekongfloden.

## Mekongdeltat och Con Dao

En kontrastrik och unik resa till södra Vietnam där du besöker småstäderna Ha Tien och Sa Dec, två okända pärlor i Mekongdeltat samt ön Con Dao i Syd kinesiska sjön. Som kontrast bor du också några dagar i metropolen Saigon. Den här resan bjuder på en mängd möten med människor, vietnamesisk nutidshistoria, vackra stränder och förtrollande god mat. Här, utanför de kända turiststråken, får du uppleva ett annat Vietnam.

### Dag 1 Samling i Saigon

Samling på vårt centralt belägna hotell i Saigon.

### Dag 2 Genom Mekong

Bussresa till Ha Tien, nära den kambodjanska gränsen. Du kommer fram sen eftermiddag. Ha Tien är en stillsam stad med gamla koloniala villor och en vacker strandpromenad. Tempot är lågt i den här charmiga staden – en idealisk plats att inleda vistelsen i Vietnam på.

### Dag 3 Båt till Hai Tac

Båt till ön Hai Tac. Båten avgår på morgonen och resan tar 1 timme. När du är framme tar du en motorcykeltaxi till en fin avskild strand som ligger ungefär 2 kilometer från hamnen. På eftermiddagen går båten tillbaka till Ha Tien.

### Dag 4 Tempel och pagoder i Hong Chong

Utflykt till närliggande Hong Chong. Här finns ett fascinerande tempel i en grotta. Under Vietnamkriget nyttjades den som sjukhus. Hong Chong är känt för de kalkstensöar som finns ute i havet, vilket gör att området kallas för Ha Long Bay i syd.

### Dag 5 Marguerite Duras stad Sa Dec

Sa Dec är en bedårande stad som ligger precis vid floden med en helt fantastisk marknad som pulserar av liv. Marguerite Duras berömda bok "Ålskaren" utspelas här.

### Dag 6 Cykelutflykt till blomsterodlingar

Cykelutflykt utanför Sa Dec. Området runt Sa Dec är det huvudsakliga odlingsområdet för många av de blommor som säljs i Saigon under nyårsfirandet Tet. Du kommer att cykla 4-5 timmar och äta lunch längs vägen. När du kommer tillbaka till Sa Dec är resten av dagen fri och om du vill kan du utforska staden och marknaden till fots eller på cykel.

### Dag 7 Flyg till Con Dao

Efter frukost startar bussresan till Saigon. Du åker direkt till flygplatsen och tar eftermiddagsflyget till Con Dao.

### Dag 8-10 Nationalpark och krigsminnen

Den gamla fängelseön Con Dao är numera nationalpark. Här kan du vandra, cykla, njuta av långa vita stränder, bada och snorkla.

Naturligtvis kommer du att i Vietnamkrigets spår besöka det en gång i tiden beryktade fängelset där fångar förvarades i så kallade tigerburar.

### Dag 11 Åter till Saigon

Morgonflyget till Saigon. Efter lunch åker du till Chinatown och stadens största marknad Cho Lon.

### Dag 12-13 Saigon

Besök till två verkligt intressanta museer innan lunch, Reunification Palace och War Remnants Museum. Eftermiddagen är fri för egna upptåg. Här avslutas resan dag 13.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 13    | 5 - 16    |        | 2 300 kr      |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 23 dec    | 4 jan  | 13 800 kr     |
| 2017  | 1 jul     | 13 jul | 13 800 kr     |
|       | 22 dec    | 3 jan  | ring för pris |



### Reseledare



#### Nguyen Chi Linh

Född 1972. Började arbeta hos oss 2007. Linh är uppvuxen i Bac Ninh, men bor nu strax utanför Hanoi. Han är gift och har två barn. Utbildad engelsklärare.







Vandringen bland de vackra risterrasserna bjuder på många möten. Foto: Siv Domeij

## I skuggan av Kina

Vietnamkriget och rivalen Kina är ständigt närvarande på denna innehållsrika resa. En mängd personliga möten längs vägen kommer att lära dig mycket om Vietnams moderna historia. Med båt och cykel färdas du mellan hantverksbyar på Caufloden, besöker pappersbruket Bai Bang, vandrar mellan risterrasser i Mu Cang Chai och upptäcker ön Quan Lan. Upplev Hanois charm och njut av läckerheter från det vietnamesiska köket.

### Dag 1-2 Hanoi

Samling på vårt hotell i Ha Noi. Med sina trädkantade gator är Ha Noi en av de trevligaste asiatiska huvudstäderna. Det är en stad i ständig förändring, som trots detta bevarat lite småstadskänsla. Besök Etnografiska museet, Armémuseet, Ho Chi Minhs mausoleum eller vandra bara runt i staden.

### Dag 3-4 Med båt och cykel i Bac Ninh

Buss till provinsen Bac Ninh i Röda flodens tätbe-

folkade delta. Du tar en båttur i fem timmar längs Caufloden och gör ett par strandhugg i hantverksbyar. Under dag 3 byter du till cykel och färdas till en by där du övernattar hos en familj. Dagen efter cyklar du på små vägar dit få turister hittar. Här får du uppleva vietnamesiskt vardagsliv på landsbygden.

### Dag 5 Pappersbruket Bai Bang

På morgonen bär det av med buss till pappersbruket Bai Bang, som byggdes med svenskt bistånd och där många svenskar arbetat. Det blir guidad visning av fabriken och det som återstår av den gamla svenska campen. Pappersbruket har blivit en framgångssaga och fungerar utmärkt. Du har eftermiddagen och kvällen på dig att vandra runt i staden. Håll utkik efter svenska flakmopeder och svensktillverkade lastbilar av äldre modeller.

### Dag 6-8 Vandring i Mu Cang Chai

Du lämnar Bai Bang och påbörjar en fem timmars bussresa till vandringsområdet i bergen runt Mu Cang Chai. Under två dagar vandrar du mellan byar i det område som anses ha landets absolut vackraste risterrasser. Området är hemvist för olika minoritetsfolk, såsom hmongfolket. Människorna i sina färgglada kläder är minst lika fascinerande som det spektakulära landskapet. Du bor en natt

under enkla förhållanden hemma hos en familj. Andra natten på ett guest house.

### Dag 9 Sapa och Lao Cai

På morgonen startar bussresan mot gränsstaden Lao Cai. På vägen passerar du turistmetropolen Sapa, en gammal fransk bergsstation från kolonialtiden.

### Dag 10 Tåg till Hanoi

Dagtag till Hanoi. Du reser i sittvagn vilket är spännande, kanske inte så bekvämt men mycket underhållande.

### Dag 11 Van Don Island

Buss till ön Van Don, som ligger norr om världsberömda Halong Bay i ett område som heter Bai Tu Long. Området är lika vackert, men inte lika påverkat av turism som Halong Bay.

### Dag 12-13 Quan Lans fina stränder

Du tar morgonfärjan genom den vackra arkipelagen i Bai Tu Long Bay, till ön Quan Lan. Här kan du njuta av helt öde och kritvita sandstränder. Passa på att få ditt lystmäte av havets läckerheter.

### Dag 14-15 Tillbaka till Hanoi

På morgonen tar du färjan till Van Don och fortsätter sedan med buss tillbaka till Hanoi för en sista natt. Här avslutas resan.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 15    | 5 - 16    |        | 1800 kr       |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 24 sep    | 8 okt  | 12 900 kr     |
| 2017  | 1 okt     | 15 okt | ring för pris |

### Reseledare



**Nguyen Van Nang**  
Född 1964 och arbetat för oss sedan 1999. Bor i Hanoi med fru och två barn. Utbildad engelskalärare. Samlar antik porslin och keramik.







Vackra vyer i Norra Vietnam. Foto: Anneka Lewis

## Ett land – två system

Detta är en äventyrlig resa genom hela landet. Det sjuder av aktivitet i Vietnam, ett land i snabb och ständig förändring. På resan kryssar du runt i Ha Long Bay, upplever Hoi Ans charm och njuter av sol och bad på den lilla ön Con Dao. I byar och städer möter du människor mitt i deras vardag. Du får lära dig mer om samhällsbygget Vietnam och upplever skillnaderna mellan rivalerna Hanoi och Saigon.

### Dag 1-3 Hanoi och Halongbukten

I Ha Noi bor du i gamla stan som är med på UNESCO:s världsarvslista. Med buss vidare till nästa världsarv, Ha Long Bay. Under ett dygn kryssar du runt bland sockertoppsöar. Du besöker kalkstengrottor, badar och njuter av maten och lugnet.

### Dag 4-7 Cykling i sockertoppslandskap

Buss till Ninh Binh. Du cyklar i tre dagar i landsbygdslandskap. Området är tätbefolkat, men det är lite trafik på vägarna och få utlänningar. Sista dagen cyklar du in i ett fantastiskt vackert landskap som

liknar Ha Long Bay men ligger på land.

### Dag 8-11 Vandring mellan byar i bergen

Buss till Vinh Quang. Dagen därpå går färden vidare till Hoang Su Phi i provinsen Ha Giang, där vandringen startar. Bergen i norr längs gränsen mot Kina är hemvist för olika minoritetsfolk. Du vandrar i en liten grupp med guide mellan byar och övernattar under enkla förhållanden. En av nätterna bor du hemma hos en familj.

### Dag 12-13 Hanoi

Buss till Ha Noi, en av Asiens trevligaste huvudstäder. Besök Litteraturens tempel, Etnografiska museet, Armémuseet, Ho Chi Minhs mausoleum eller bara vandra runt i stan. Nattåg till Huế.

### Dag 14 Kejsarstaden Huế

Passa på att se den förbjudna staden, åk båt på Parfymfloden, se någon av de gamla kejsargravarna eller strosa runt och iakttag vardagslivet.

### Dag 15-16 Det välbevarade Hoi An

Buss till Hoi An, en arkitektoniskt vacker och välbevarad stad från 1600-talet. Då var staden en viktig mötesplats för portugisiska, kinesiska och japanska handelsmän. Här njuter du av den goda maten, shoppar, badar eller gör utflykter på landsbygden. Passa på att besök My Son, ett intressant tempelkomplex från Champerioden.

### Dag 17-19 Livet på floderna i Mekongdeltat

Tåg till Saigon och vidare med buss till Can Tho i Mekongdeltat. Här kommer du under två dagar att få en inblick i människors livsvillkor i en anorlunda miljö. Buss tillbaka till Saigon dag 19.

### Dag 20-22 Fängelseön Con Dao

Morgonflyg till den gamla fängelseön Con Dao som numera är nationalpark. Här kan du vandra, cykla, njuta av långa vita stränder, göra utflykter till havs, bada och snorkla.

### Dag 23-24 Saigon

Morgonflyg till Saigon. Reunification Palace och War Remnants Museum måste ses. En annan höjdpunkt är Distrikt 5, Chinatown, med stadens största marknad. Här avslutas resan.

| Dagar | Deltagare |          | Enkelrum      |
|-------|-----------|----------|---------------|
| 24    | 5 - 16    |          | 2900 kr       |
|       | Start     | Avslut   | Pris          |
| 2016  | 19 nov    | 12 dec   | 18 800 kr     |
| 2017  | 25 mars   | 17 april | 18 800 kr     |
|       | 18 nov    | 11 dec   | ring för pris |

### Reseledare



#### Nguyen Van Nang

Född 1964 och har arbetat för oss sedan 1999. Bor i Hanoi med fru och två barn. Utbildad lärare i engelska. Samlar antikt porslin och keramik.











Musiker i småstaden Salento. Foto: Elisabeth Gustafsson

## Ett magiskt land

Colombia är den magiska realismens hemland och det är inte svårt att förstå varifrån författaren Gabriel García Márquez hämtade sin inspiration; Guatavitas legendomspunna lagun, den färgsprakande kolonialstaden Cartagena, Valle de Cocoras vaxpalmer och kolibris, La Guajiras öken och öde stränder samt ruinerna efter den bortglömda staden – Ciudad Perdida.

### Dag 1-2 Huvudstaden Bogotá

Samling i Bogotá. Du bor i charmiga "La Candelaria", stadens kulturella och historiska centrum.

### Dag 3-4 Guatavita och Villa de Leyva

Vid lagunen Guatavita lär du dig om Colombias historia och legender. Sjön var helig för människorna i Muiscakulturen, som offrade värdefulla gåvor till lagunen, därav legenden om El Dorado. Du fortsätter till kolonialbyn Villa de Leyva, med välbevarade byggnader från 1500-talet. Omgivningarna är utmärkta för vandring och ridning.

### Dag 5 Med buss till Honda

Du reser från det svala bergsområdet till det varma och fuktiga område där staden Honda ligger.

### Dag 6-7 Kaffe i Salento

I den lilla staden Salento kan du promenera runt och beskåda de färgstarka byggnaderna. Staden lever främst på sin kaffeproduktion och här gör du en kaffetur. Du lär dig då hela processen i kaffebönans liv och njuter av en kopp Arabica.

### Dag 8 Vandring i Valle de Cocora

Under en dagsvandring upptäcker du molnskogen i Valle de Cocora, med sina höga vaxpalmer och kolibris. Dalen ligger 1800-2400 m över havet, med snötoppar i närheten. Du vandrar under 5-6 timmar och får en fantastisk utsikt över dalen. I området finns 30 kolibriarter, den andinska kondoren och den gulörade papegojan.

### Dag 9-10 Storstaden Medellín

Upptäck Colombias näst största stad; den dynamiska storstaden Medellín, belägen i en dal och känd som "den eviga vårens stad" på grund av sitt behagliga klimat, med 21 grader året om.

### Dag 11-13 Isolerade Guajirahalvön

Med flyg till Riohacha och vidare med jeep till Cabo de la Vela. Ursprungsfolket Wayuu lever

självständigt i detta öde område med hav och sand så långt ögat kan nå. Här sover du i hängmatta intill stranden och besöker ursprungsfolkens huvudstad Uribá.

### Dag 14-16 Kolonialstaden Cartagena

Med buss till den vackra kolonialstaden Cartagena. Du bor i stadens gamla del, som är ett UNESCO-världsarv, fullt av välbevarade och färgglada kolonialhus. Resan avslutas här dag 16.

**För att lägga till en fantastisk vandringsupplevelse till den mystiska, förlorade djungelstaden Ciudad Perdida, gäller nedan resplan.**

### Dag 14 Santa Marta

Buss till Santa Marta, Sydamerikas äldsta bevarade stad.

### Dag 15-19 Vandring till Ciudad Perdida

Under 5 dagar vandrar du genom djungeln för att upptäcka ruinerna i Ciudad Perdida. Det enda sättet att ta sig hit är till fots och vandringen är ansträngande. Detta är en spektakulär naturupplevelse och även en fantastisk historieuplevelse!

### Dag 20-22 Kolonialstaden Cartagena

Resan avslutas här dag 22.

|       |           |          |
|-------|-----------|----------|
| Dagar | Deltagare | Enkelrum |
| 16    | 5 - 14    | 3000 kr  |
|       | Start     | Avslut   |
| 2017  | 9 feb     | 24 feb   |
|       |           | Pris     |
|       |           | 16200 kr |

Ring om datum och pris för tillägg av Ciudad Perdida.



### Reseledare



#### Sergio Jiménez

Född 1980 i Bogotá, där han bor tillsammans med sin fru och dotter. Sergio är konstnär, han älskar att resa och brinner för att visa upp Colombias alla guldgruv! Leder första resan våren 2017.







Dödsalleapan vilar i trädskronan. Foto: Roger Pedersen

## Spektakulära naturupplevelser

Ecuador är ett mångfacetterat land där skillnaden mellan olika regioner är stor. Känn historiens vingslag i Quito och Cuenca, njut av heta källor i Anderna, upplev vardagen tillsammans med familjer i Amazonas och koppla av vid Stillahavskusten. Du kan även välja att lägga till Galápagosöarna! Här ruvar fåglarna på ägg mitt på stigen, havsleguanerna sträcker ut sig på stenarna och sjölejonen leker bredvid dig i vattnet.

### Dag 1 Guayaquil

Samling på hotellet i hamnstaden Guayaquil.

### Dag 2-4 Machalilla vid Stilla havet

Buss till byn Las Tunas vid Stilla havet, intill nationalparken Machalilla. I parken kan du göra en rad utflykter; rid eller vandra genom området och iakttä dess olika typer av regnskogar. De vackra stränderna i parken är väl värda ett besök.

### Dag 5-7 Cuenca och Ingapirca

Med buss från Stillahavskusten till Anderna, till

staden Cuenca, med sin välbevarade koloniala stadskärna. En av dagarna besöker du de viktigaste och största Inkaruinerna i Ecuador; Ingapircauinerna. Här lär du dig om Ecuadors historia; ursprungsfolket Cañaris traditioner samt invasionen av Inkaarmén och senare spanjorerna.

**Dag 8-9 Heta källor och vattenfall i Baños**  
Buss från Cuenca till den trevliga lilla staden Baños, vid foten av vulkanen Tungurahua. Här finns det tid för bad i varma källor och vandringar.

**Dag 10-12 Djungelaktiviteter i Amazonas**  
Du lämnar Anderna och beger dig med buss till Tena i Amazonas. Med en motordriven kanot längs floderna Napo och Arajuno når du de enkla stugorna vid flodkanten, som blir ditt hem de kommande nätterna. Det lilla stugområdet och samhällsprojektet Runa Huasi drivs av 16 lokala Quichua-familjer. Du besöker en av familjerna och lär dig om deras medicinalväxter, jakt-, fiske- och odlingsstraditioner och upptäcker djungeln.

### Dag 13-15 Quito – ett världsarv

Du lämnar Runa Huasi med kanot och sedan buss. Resan går genom ett vackert landskap till Quito, på 2850 meters höjd. Quitos äldre delar har några av kontinentens bäst bevarade spanska kolonialhus, passa på att strosa runt i de gamla kvarteren.

Du kan även åka till ekvatorlinjen, "jordens mittpunkt". Resan avslutas i Quito dag 15.

**Vill du lägga till Galápagos på din resa? I så fall är resplanen följande:**

### Dag 15 Flyg till Galápagos

Ca 1 000 km ut till havs ligger Ecuadors största turistattraktion Galápagos, som består av 19 öar. Du landar på ön Baltra och tar dig sedan till båten som kommer att vara ditt hotell under din vistelse. Båten kommer att göra strandhugg på olika öar. Rutterna skiftar och nationalparken bestämmer vilka öar som får besökas, vilket gör att exakt rutt ändras från år till år. Vanligtvis besöker man bl a: Isla Isabela, Isla Rabida, Isla Santa Cruz, Isla Mosquera, Isla Santiago och Isolate Fernandina.

### Dag 16-19 Närbkontakt med djur

Flora och fauna är till stor del endemiska tack vare öarnas isolerade läge. Ingen annanstans i världen kan man komma så nära djur utan att de flyger eller springer iväg. Öarna är framförallt kända för sina jättesköldpaddor. Havsleguaner, sjölejon och den blåfotade sulan finns i princip överallt. Dag 19 går flyget till Guayaquil.

### Dag 20 Guayaquil

Resan avslutas i Guayaquil.

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 15    | 5 - 16    |        | 4900 kr       |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2017  | 6 feb     | 20 feb | 15 400 kr     |
|       | 30 okt    | 13 nov | ring för pris |
|       | 27 nov    | 11 dec | ring för pris |

Ring om datum och pris för tillägg av Galápagos.



### Reseledare



### Samuel Córdova

Född 1975 och har arbetat för oss sedan 2003. Bor i Quito, är utbildad journalist, men arbetar med internationellt studentutbyte med Kanada. Mycket naturintresserad.







Vandring längs Inkaleden. Foto: Elisabeth Gustafsson

## Dramatiska landskap och fantastiska möten

Bolivia är ett av Latinamerikas mest spännande och minst besökta länder. Här finns mäktiga berg, orörd regnskog och en kultur starkt präglad av landets ursprungsfolk. Du gör en expedition till världens största saltöken, vandrar längs en del av Inkaleden och bekantar dig med vardagslivet i en by i Amazonas.

### Dag 1-2 Samling i La Paz

Samling på vårt hotell i La Paz, som med sina 3650 meter över havet är världens högst belägna huvudstad. Staden ligger vackert i en dalgång vid den snöklädda vulkanen Illimani.

### Dag 3-4 Titicacasjön

Bussen anländer till Copacabana vid Titicacasjön. Titicacasjön är världens högst belägna navigerbara sjö. Sedan urminnes tider har området runt Titicacasjön ansetts vara en helig plats. Från Copacabana kan man göra utflykter till öarna "Isla del Sol" och "Isla de la Luna", som under Inkariiket var viktiga kultplatser. Det var på Isla del Sol som den första Inkan föddes och därmed inkakulturen.

### Dag 5-7 Saltöknen Salar de Uyuni

Flyg söderut till Uyuni. Härifrån börjar expeditionen ut i Salar de Uyuni, en av världens mest spektakulära platser och världens största saltöken, ungefär lika stor som Skåne. Du färdas med jeep tvärs genom det månlika och glesbefolkade landskapet. Vit saltöken och klarblå himmel så långt ögat kan nå. Temperaturen är kylig så ta med varma kläder. Packa även badkläder för en härligt avslappnad stund i varma källor.

### Dag 8 La Paz

Resan går tillbaka till La Paz där eftermiddagen är ledig för att vila upp sig inför de kommande dagarnas vandring.

### Dag 9-11 Vandring längs Inkaleden

Nu väntar en tre dagars spännande vandring längs en Inkaled som inte är så känd, där du slipper att trängas med turister. Du vandrar i lugn och ro, runt 8 timmar per dag, mellan de små byarna och njuter av fantastiska vyer. Vandringen startar uppe bland molnen, på 4900 meters höjd. Där får du se hur en av bifloderna till Amazonasfloden föds i ett trådlöst landskap. Vandringen fortsätter längs floden, och du ser hur den växer från tickade vatten till en fors som blir över 10 meter bred. I början är det kyligt men redan i slutet på första

dagen blir klimatet mer tropiskt. Du vandrar sammanlagt 70 km nedför, genom molnskog och anländer slutligen i den lilla staden Coroico på 1200 meters höjd.

### Dag 12 Vattenfall i Coroico

En ledig dag i Coroico. Välj om du vill vila upp dig vid en av stadens floder eller om du vill bege dig ut på en ny utflykt. Coroico har mycket att erbjuda.

### Dag 13-17 Byvistelse i Amazonas djungel

Du flyger upp till Rurrenabaque i norra Bolivia. Här väntar ett riktigt djungeläventyr! Under fyra dagar och tre nätter bor du mitt ute i djungeln, i nationalparken Madidi, hos Tacanafolket. En natt hos en familj och två nätter i en djungellodge som ägs av familjer i byn och där vinsten återinvesteras i byn. Hittills har man byggt en skola och en vårdcentral. Madidi karaktäriseras av sin exceptionella biologiska rikedom, med hela 11 % av världens ca 9000 fågelarter! Du vandrar och gör kanotfärder genom regnskogen. Kajmaner, apor, andinsk björn, myrslokar, pumor, tapirer och pirayor lever här. Två nätter spenderar du i Rurrenabaque.

### Dag 18-19 La Paz

Flyg tillbaka till La Paz, där resan avslutas.

| Dagar | Deltagare |          | Enkelrum      |
|-------|-----------|----------|---------------|
| 19    | 5 - 14    |          | 2 400 kr      |
|       | Start     | Avslut   | Pris          |
| 2016  | 4 nov     | 22 nov   | 23 700 kr     |
| 2017  | 31 mars   | 18 april | 22 700 kr     |
|       | 3 nov     | 21 nov   | ring för pris |

### Reseledare



#### Jorge Valencia Flores

Född i Oruro 1969. Uppvuxen i Sverige och Bolivia, bor nu med sin sambo och dotter i Malmö. Har studerat lingvistik i La Paz och talar flytande svenska, spanska, engelska och lite quechua.

#### Brigida Tito Pinto

Leder också denna resa.







Bybesök i Anderna. Foto: Lena Ingvarsdotter Ekroth

## Andinska höglandet och Amazonas djurliv

Upplev det bästa av Peru! Du utforskar naturreservatet Tambopata i Amazonas, med apor och kajmaner. I Anderna utgår du från Cusco och vandrar sista delen till Aguas Calientes vid Machu Picchu. En av höjdpunkterna blir de dagar du bor i en Quechuaby. En annan pärla är Titicacasjön med sina flytande öar av vass.

### Dag 1 Lima

Samling på vårt hotell i Lima.

### Dag 2-4 Vandra i Amazonas

Flyg till Puerto Maldonado där du fortsätter med båt uppför floden till sjön Sandoval i Tambopata naturreservat. Med djungellodgen som utgångspunkt gör du kortare vandringar i regnskogen för att komma nära växt- och djurlivet. Du gör utflykter med båt på sjön för att spana efter djur. Området är mycket fågelrikt med bl a papegojor, hoatzin och tukaner. Här finns också apor, fladdermöss, jätteuttrar, sköldpaddor och fyra sorters kattdjur: jaguar, puma, ozelot och margay. På kvällsturerna kan du spana efter kajmaner.

### Dag 5-6 Cusco

Njut av det vackra landskapet medan du reser genom djungeln och bergen till inkacivilisationens huvudstad Cusco, som ligger på 3400 meters höjd.

### Dag 7-8 Vandring till Machu Picchu

Vandring 12 km längs en gammal Inkaled. Du passerar exotiska träd och vattenfall på väg till byn Aguas Calientes, känd för sina heta källor men framför allt för sin närhet till Machu Picchu. Denna mytomspunna plats är känd som den "förlorade staden" då de spanska kolonistörerna aldrig lyckades hitta den. På 2200 meters höjd går du upp för trappor och vandrar längs välbevarade terrasser. Läget och den magnifika utsikten gör besöket oförglömligt.

### Dag 9-10 Cusco – världens centrum

Du har nu två fria dagar att upptäcka Cusco. Staden är full av museer, färgstarka marknader och restauranger där du kan prova på allt som det andinska köket har att erbjuda. Du kan även besöka olika arkeologiska platser kring staden; Soltemplet, Sacsayhuaman samt den heliga inkadalen "Urubamba".

### Dag 11-12 Bo i en Quechuaby

Under två dagar bor du i en Quechuaby där du

upplever hur lokalbefolkningen på landsbygden i Anderna lever. Byborna tar hand om dig och visar dig sin kultur och sin jordbrukstradition. Bygemenskapen är mycket viktig och mycket av arbetet i byn bedrivs fortfarande kollektivt.

### Dag 13 Puno

Med buss över högplatån Altiplano på 4000 meters höjd till Puno vid vackra Titicacasjön.

### Dag 14 Bo i en Aymaraby

Den här dagen lär du känna byn Atuncolla och en ny familj. Familjerna bor i traditionella lerhus och lever fortfarande enligt gamla traditioner. Ta del av det dagliga livet och medverka i olika hantverksaktiviteter.

### Dag 15 Titicacasjön

Du beger dig ut på Titicacasjön, världens högst belägna navigerbara sjö, 3812 meter över havet, och även Sydamerikas största insjö. Du besöker Urosfolket som lever på flytande vassöar. Därefter åker du vidare till ön Taquile med sin speciella textiltradition.

### Dag 16 Lima

Flyg till Lima, där resan avslutas.

**OBS!** Fr o m mars 2017 är resan 17 dagar, en natt i Lima kommer att läggas till vid resans slut.

| Dagar | Deltagare |         | Enkelrum      |
|-------|-----------|---------|---------------|
| 16    | 5 - 16    |         | 2 900 kr      |
|       | Start     | Avslut  | Pris          |
| 2016  | 21 okt    | 5 nov   | 22 900 kr     |
| 2017  | 17 mars   | 2 april | 22 900 kr     |
|       | 6 okt     | 22 okt  | ring för pris |

### Reseledare



#### Eliana Baltazar

Har lett våra resor sedan 2005. Arbetar som djungelguide i Manu och har läst ekoturism på universitetet. Engagerad i skydd av både natur och traditionell kultur.

#### Boris Castro

Leder också denna resa.







Reseledaren Carlos i Miraflor, Nicaragua. Foto: Gunilla Landgren

## Vulkaner, molnskogar och kolonialstäder

Under två veckor lär du känna både "ticos" och "nicos" och deras fantastiska länder. I Costa Rica upptäcker du det rika djur- och växtlivet från en kajak och besöker en by i närheten av vulkanen Arenal. I Nicaragua utforskar du kolonialstäderna León och Granada, livet på landsbygden och vulkanön Ometepe. Möt vänliga människor och en fascinerande samtidshistoria.

**Resorna Costa Rica & Nicaragua samt Guatemala & Belize är planerade så att du kan välja att medverka på en av resorna eller på båda. När resan till Costa Rica och Nicaragua avslutas följer en vilodag och sedan startar resan som tar dig genom Guatemala och Belize. Bokar du båda resorna får du en sammanlagd rabatt på 3000 kr.**

### Dag 1 Samling i San José

Samling i Costa Ricas huvudstad San José.

### Dag 2-4 Tortuguero vid Karibiska havet

Costa Rica har ett rikt och varierat djur- och

växtliv. 1/4 av landet utgörs av nationalparker och olika typer av skyddade områden. I nationalparken Tortuguero, vid Karibiska havet finns bl a över 400 fågelarter (varav 8 olika papegojarter), sengångare, krokodiler samt spindel-, vrål- och kapucinapor. Nationalparken är mest känd för alla de sköldpaddor som kommer hit varje år för att lägga ägg. En av dagarna upptäcker du djurlivet från en kajak.

### Dag 5-7 Vulkanen Arenal och bybesök

Du reser vidare med buss till den trevliga byn La Fortuna, som ligger i närheten av landets mest kända vulkan; Arenal (1633 m över havet). Detta är ett av landets mest natursköna områden. Här kan du göra kortare vandringar över de gamla lavaflödena eller genom den tropiska regnskogen. Åk ut på Arenalsjön, beskåda fåglar eller besök en av de varma källorna i området. En av dagarna besöker du en by för att lära dig mer om livet för ursprungsfolken i området.

### Dag 8-9 Vulkanö och molnskog

Dag 8 lämnar du Costa Rica och reser in i Nicaragua. Med båt beger du dig rakt ut i den mäktiga Nicaraguasjön, där två vulkaner reser sig ur vattnet och bildar Isla Ometepe. Här har du möjlighet att bestiga någon av vulkanerna, vandra genom molnskog, rida längs med stranden, utforska hållristningar eller ta ett dopp i den varma sjön.

### Dag 10-11 Gamla huvudstaden León

Båt och buss till Nicaraguas gamla huvudstad León, känd för sin välbevarade kolonialarkitektur och som ett fäste för sandinisterna. Staden vibrerar av samtidshistoria. Beskåda muralmålningarna på gator och torg och besök revolutionsmuseet där veteraner delar med sig av sina livshistorier.

### Dag 12-13 Bo i bergsområdet Miraflor

Vidare norrut till det gröna bergsområdet Miraflor. Här har lokalbefolkningen (varav många är änkor från inbördeskriget) gått samman och grundat ett kooperativ som jobbar med ekoturism. Du bor i ett av husen som tillhör kooperativet. Området är en blandning av tropisk skog och jordbruksmark med goda möjligheter att vandra eller rida.

### Dag 14-15 Granada

Buss till Granada, grundad 1524, och Nicaraguas äldsta kolonialstad. Staden ligger inte långt ifrån Managuas flygplats. Här avslutas resan.



### Reseledare



#### Carlos Mijangos

Född 1979 och har lett våra resor sedan 2003. Bor i Ciudad Vieja, en liten stad utanför Antigua i Guatemala. "This tour is more than a job, I consider it my hobby. Come travel with me to discover how different Central America is to Europe."

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 15    | 6 - 16    |        | 4 100 kr      |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 26 okt    | 9 nov  | 15 900 kr     |
| 2017  | 1 feb     | 15 feb | 15 900 kr     |
|       | 1 nov     | 15 nov | ring för pris |







Kolonialstaden Antigua i Guatemala. Foto: Jan-Erik Björk

## Maya: storhetstiden och dagens byliv

Upptäck gamla mytomspunna ruiner i Tikal och Copán, strosa längs kullerstengatorna i kolonialstaden Antigua och upptäck den enorma marknaden i Chichicastenango. I Belize bor du hemma hos mayafamiljer och upplever livet på landsbygden. Resan avslutas på ön Caye Caulker, med utmärkta möjligheter till snorkling och dykning.

**Vill du se mer av Centralamerika? Boka även in dig på resan till Costa Rica och Nicaragua som går precis innan denna resa startar! Bokar du båda resorna får du en sammanlagd rabatt på 3000 kr.**

### Dag 1-2 Kolonialstaden Antigua

Samling i Antigua, Guatemalas gamla huvudstad, grundad 1543. Antigua är en av de äldsta städerna i Latinamerika och bland de vackraste. Här kan du ge dig ut på promenader längs kullerstengatorna och blicka ut mot vulkanerna vid horisonten. Nära

till flygplatsen i Guatemala City.

### Dag 3-4 Panajachel och Chichicastenango

Buss till Panajachel, som ligger vid sjön Atitlán, omgiven av rykande vulkaner. Du kan göra utflykter till någon av byarna i bergen eller med båt till en fiskeby i sjön. Du kommer också till den färgstarka marknaden i staden Chichicastenango.

### Dag 5-6 Copán i Honduras

Du reser från Panajachel till Copán i norra Honduras. Copán var under sin storhetstid den största och mest inflytelserika staden i Mayacivilisationens södra del. Staden övergavs mystiskt under tidigt 900-tal och idag är dess ruiner ett UNESCO-världsarv. Copán är unikt i Mayavärlden för sina skulpturer och för sitt mest kända monument; den hieroglyfiska trappan. På trappans 63 steg framträder berättelsen om den 12:e kungens död.

### Dag 7 Punta Gorda vid Karibiska Havet

Buss till Puerto Barrios i Guatemala och vidare med båt till Punta Gorda i Belize.

### Dag 8-9 Bo hos mayafamiljer i Belize

Nu väntar två dagar långt bortom de vanliga turistmålen. Du bor hos engelsktalande mayafamiljer (i Belize är det engelska som gäller) och deltar i familjens vardagssysslor. Du har gott om tid att prata med byns invånare och medverka i de

dagliga byaktiviteterna. Här kan du lära dig hur man bakar riktiga majstortillas. Omgivningarna bjuder på många möjligheter till utflykter. Barnen blir entusiastiska vägvisare.

### Dag 10-11 Tikal, mayaruiner i regnskogen

Resdag tillbaka till Guatemala och upp till Flores. Här besöker du Tikal, mayakulturens majestätiska stad med pyramidliknande tempel mitt ute i regnskogen. Under sin storhetstid beräknas Tikal ha haft nära 100 000 invånare. Idag springer näsbyrjor och andra djur runt bland ruinerna. Du kan vandra omkring här i timmar och utforska den fantastiska platsen som blir ännu mer spännande av att ruinerna befinner sig mitt inne i djungeln.

### Dag 12-13 Barriärrev på ön Caye Caulker

Buss från Flores till Belize och sedan båt ut i Karibiska havet till den lilla ön Caye Caulker. Här kan du njuta av snorkling, dykning och fiske i det fantastiska barriärrevet.

### Dag 14-15 Belize City

Resdag till Belize City. Här avslutas resan och flyget hem bokar du härifrån.



### Reseledare



#### Carlos Mijangos

Född 1979 och har lett våra resor sedan 2003. Bor i Ciudad Vieja, en liten stad utanför Antigua i Guatemala. "This tour is more than a job, I consider it my hobby. Come travel with me to discover how different Central America is to Europe."

| Dagar | Deltagare |        | Enkelrum      |
|-------|-----------|--------|---------------|
| 15    | 6 - 16    |        | 3 800 kr      |
|       | Start     | Avslut | Pris          |
| 2016  | 11 nov    | 25 nov | 16 900 kr     |
| 2017  | 17 feb    | 3 mars | 17 600 kr     |
|       | 17 nov    | 1 dec  | ring för pris |







Gatumat i Oaxaca. Foto: Malin Öhrman

## Upptäck en färgstark kultur

Resan tar dig från världsmetropolen Mexico City till flamingokolonier vid Karibiska havet. Mexikos mångtusenåriga historia gör sig påmind överallt – tempel och pyramider från azteker och maya, spansk kolonialarkitektur och revolutionens Zapata. Du får även chansen att bekanta dig med bergen i Sierra Norte och prova på mexikanskt bastubad.

### Dag 1-2 Mexico City

Samling på vårt hotell. Mexico City är, med över 20 miljoner invånare, en av världens största städer. Men låt dig inte skrämmas av stadens storlek, det är en stad med många lugna områden och otaliga attraktioner. Staden ligger på samma plats som aztekernas huvudstad Tenochtitlan låg och är rik på historia.

### Dag 3-5 Kolonialstaden Oaxaca

Buss till Oaxaca som är en av Mexikos vackraste och charmigaste kolonialstäder och huvudort i en region med 16 levande språk. Här får du möjlighet att utforska den kringliggande dalen med sina

tusenåriga ruiner och färgsprakande marknader. Oaxaca är berömt över hela Mexiko för sitt hantverk och sin matlagning.

### Dag 6-8 Vandring i Sierra Norte

I bergen utanför Oaxaca, Sierra Norte, vandrar du längs floder och majsält och genom skog täckt av skägglav. Här har ursprungsfolken startat ett ekoturismprojekt för att bevara den unika miljön och samtidigt skapa en inkomstkälla. I bergen finns sju olika typer av skog, 500 fågelarter och Mexikos alla sex kattdjur. Du övernattar i stugor i byar och får möjligheten att bekanta dig med livet på den mexikanska landsbygden och det mexikanska bastubadet. Övernattning i Oaxaca dag 8.

### Dag 9-12 San Agustín vid Stilla Havet

Buss rakt söderut till Stilla havet. Du bor i fiskebyn San Agustín och kan göra upptäcktsfärder i omgivningarna eller bekanta dig med världen under havsytan. Under juniresan gör du en del-fin- och sköldpaddstur och under decemberresan spanar du efter valar.

### Dag 13-14 San Cristóbal

Många resenärer anser att San Cristóbal de las Casas i delstaten Chiapas är den trevligaste staden i hela Mexiko. Staden blev känd för världen när Subcomandante Marcos ledde ett uppror för att

förbättra ursprungsfolkens levnadsvillkor i mitten av 90-talet. Du kan upptäcka staden till fots och besöka byar i bergen runtomkring.

### Dag 15-17 Mayaruinen Palenque

Mitt inne i den tropiska regnskogen hittar du den kanske vackraste mayaruinen av dem alla - Palenque. Måktiga ruiner som kittlar din fantasi och vittnar om mayakulturens arkitektur, vetenskap och konst. Palenque ligger i en nationalpark och en av dagarna kan du besöka ett av vattenfallen.

### Dag 18-19 Celestún vid Karibiska havet

Du bor i den lilla fiskebyn Celestún på Yucatánhalvöns nordöstra spets. Byn är mest känd för naturreservatet Ría Celestún, där man under decemberresan kan se stora kolonier av rosa flamingos och andra flyttfåglar.

### Dag 20-21 Valladolid och cenotes

Valladolid, mitt på Yucatánhalvön, är en typisk småstad med välbevarad arkitektur. I området runt staden ligger flera mayaruiner och säregna vattenfyllda underjordiska grottor, cenotes, där man kan ta ett svalkande dopp.

### Dag 22 Cancún

Buss till massturismens Cancún där resan avslutas. Vilken kontrast!

Hemresan kan påbörjas tidigast kl 15.

| Dagar | Deltagare |         | Enkelrum      |
|-------|-----------|---------|---------------|
| 22    | 5 - 14    |         | 4 600 kr      |
|       | Start     | Avslut  | Pris          |
| 2016  | 22 jun    | 13 jul  | 15 400 kr     |
|       | 20 dec    | 10 jan  | 16 400 kr     |
| 2017  | 21 juni   | 12 juli | 15 800 kr     |
|       | 27 dec    | 17 jan  | ring för pris |



### Reseledare



### Eleonora Ascencio Dahl

Född 1979. Mamma är svenska och pappa mexikan. Hon vistas både i Sverige och Mexiko.

F n bosatt i Mazunte vid Stilla havet. Hon talar spanska bäst, men svenskan är perfekt.







Taxichaufför i Havanna. Foto: Berit Svahn

## Upptäck unika Kuba

Alla har vi vår bild av Kuba: amerikanska bilar, Che Guevara, musik och dans, cigarrer och Hemingways böcker. Kuba är allt detta och bjuder på en unik atmosfär. Resan tar dig tvärs över ön, från mytomspunna Havanna, genom tobaksodlingar och historiska kolonialstäder till Baracoas vackra natur.

### Dag 1-2 Havanna

Samling i Havanna. Du får en första chans att lära känna Kubas fascinerande huvudstad. Gör som lokalborna – vandra längs El Malecón när solen går ner!

### Dag 3-4 Baracoa – Kubas äldsta stad

Flyg till Baracoa, Kubas äldsta stad och platsen där Columbus gick i land år 1492. Baracoa är en trevlig stad att strosa runt i. Besök självständighetsparken och prova den lokala chokladen. Baracoa ligger i ett naturskönt område och det finns goda möjligheter till bad och kortare vandringar.

### Dag 5-7 Santiago de Cuba

Buss till Santiago de Cuba, vid bergskedjan Sierra

Maestras fot. Staden har en stark afrokubansk identitet och har spelat en viktig roll i Kubas historia. Här inleddes revolutionen på 1950-talet. Om du vill lära dig mer om Kubas historia har Santiago med omnejd mycket att erbjuda. Passa på att uppleva en riktig salsakväll på Casa de la Trova eller besök jazzklubben Iris, där unga populära band ofta uppträder.

### Dag 8-9 Camagüey, musik och konst

På vägen till Camagüey gör du ett stopp i Bayamo. I denna typiska småstad började frihetskampen mot spanjorerna. Camagüey är i sin tur en livlig universitetsstad och Kubas tredje största stad med 300 000 invånare. Njut av de koloniala byggnaderna, de smala gatorna och det pulserande gatulivet. Sök upp de lokala konstnärerna eller lyssna på den kubanska musiken son!

### Dag 10-12 Trinidad, med kolonial prägel

Med buss till den charmiga staden Trinidad. Staden var en gång centrum för slavhandeln men är idag Kubas bäst bevarade kolonialstad med stenbelagda gränder, färgstarka hus, vackra kyrkor och en spännande marknad. Du kan göra en utflykt till nationalparken Topes de Collantes; vandra genom grönskan tills du når ett vattenfall, där du kan ta ett dopp i den naturliga poolen.

### Dag 13-14 Grisbukten och Playa Larga

Bussen följer kustvägen till vackra Playa Larga som ligger vid våtmarkerna Cienaga de Zapata. På vägen dit passerar vi Grisbukten, platsen för det misslyckade USA-stödda invasionsförsöket 1961. Övernattning i Playa Larga.

### Dag 15-16 Landsbygden utanför Viñales

På vägen till Viñales besöker vi en krokodilfarm i Cienaga de Zapata samt de berömda orkidéodlingarna i Soroa. Sedan vidare med buss längs den vackra norra vägen till Viñales, en liten landsbygdsstad i provinsen Pinar del Río. Här odlas den bästa tobaken och de berömda kubanska cigarrer rullas för hand. Du vandrar i en nationalpark i den vackra dalen som domineras av mogotes – 160 miljoner år gamla säregna bergsformationer. Du har även möjlighet att göra en båtut i den mytomspunna grottan "Cueva del Indio".

### Dag 17-19 Havanna

Buss tillbaka till Havanna, staden som för många är synonymt med bilden av Kuba – slitna fasader, 50-talsbilar och barer där det känns som att tiden stått stilla. Här kommer du att göra en dagsutflykt i Hemingways fotspår. Gå också i Habana Viejas historiska gränder och lyssna på musik! Resan avslutas i Havanna.

| Dagar | Deltagare | Enkelrum | Reseledare |
|-------|-----------|----------|------------|
| 19    | 5 - 16    | 4 000 kr |            |

|      | Start  | Avslut | Pris          |
|------|--------|--------|---------------|
| 2016 | 11 okt | 29 okt | 19 500 kr     |
|      | 27 dec | 14 jan | 19 500 kr     |
| 2017 | 16 feb | 6 mars | 19 500 kr     |
|      | 19 okt | 6 nov  | ring för pris |
|      | 21 dec | 8 jan  | ring för pris |



#### Brenda Besada

Född 1988 i Santa Clara. Nu bosatt i Havanna där hon jobbar med musikprogram för TV och radio. Började arbeta för oss våren 2016.

**Eva García** leder också den här resan.







Cykling längs kusten. Foto: Anders Sjögren

## Möt lokalbefolkningen längs vägarna

Du cyklar på bilfria vägar längs sockerrörsfält, genom odlingar av tropiska frukter och över gröna kullar. Du kommer till områden i östra Kuba dit få turister kommer. Resan tar dig även till historiska platser som Bayamo, Trinidad och Santa Clara. Många badmöjligheter och intressanta möten med människor väntar.

### Dag 1-2 Samling i Havanna

Samling i Havanna. Du får en första chans att lära känna Kubas fascinerande huvudstad. Gör som lokalbefolkningen och promenera längs El Malecón i solnedgången.

### Dag 3-4 Bayamo, typisk kubansk småstad

Buss till Bayamo. Du korsar Kuba på en dag. Bayamo är en typisk kubansk småstad med lugna gator och skuggiga torg. Staden har spelat en viktig roll under Kubas historia. Här inleddes självständighetskampen mot spanjorerna.

### Dag 5-6 Cykling mellan småstäder

Första cykeletappen går genom solros- och socker-

rörsodlingar till den lilla staden Bartholomé Masó i kanten av bergskedjan Sierra Maestra. Du cyklar vidare mot kusten, genom bördiga jordbruksområden mot hamnstaden Manzanillo.

### Dag 7-8 Cykling längs kusten

Cyklingen fortsätter längs kusten. Du gör ett stopp vid stranden i Media Luna när solen är som varmast. Niquero är en liten fiskestad med hus av trä, målade i starka färger. Du får en vilodag här men vi rekommenderar att du cyklar ned till Kubas sydligaste udde, Cabo Cruz, där utsökta skaldjur väntar.

### Dag 9-11 Kolonialstaden Trinidad

Buss till Trinidad, Kubas bäst bevarade kolonialstad med stenbelagda gränder och färgstarka hus. Från Trinidad cyklar du genom dalgången Valle de Los Ingenios, som tidigare var ett stort centrum för Kubas sockerindustri. En av dagarna åker du buss till naturreservatet Topes de Collantes. Här vandrar du genom grönskan tills du når ett vattenfall där du kan ta ett uppfriskande dopp.

### Dag 12-13 Cykling till Guajimico

Cyklingen fortsätter längs kusten till Guajimico. Du passerar flera floder som rinner ner från bergskedjan Escambray. I Guajimico kan du passa på att göra en båtutflykt till en öde strand i närheten av

hotellet eller varför inte dyka eller snorkla i det kristallklara vattnet?

### Dag 14-15 Tag med cykeln på båten

På väg mot Rancho Luna cyklar du genom några av Kubas största boskapsområden. Här får du en vilodag vid stranden. Sedan bär det av längs kusten till Pasacaballo där du tar båten över Jaguabukten och cyklar på småvägar till Cienfuegos.

### Dag 16 Santa Clara

Du cyklar till Palmira, centrum för den afrokubanska religionen Santería. Vidare till byn Lajas där en av Kubas mest kända sångare, Benny Moré, föddes. Buss sista biten till Santa Clara där revolutionens sista slag ägde rum och Che Guevara är begravnen.

### Dag 17-18 Remedios och Caibarién

Cyklingen fortsätter till Remedios, en av Kubas vackraste kolonialstäder. Det är bara 10 km till kusten och den lilla fiskebyn Caibarién.

### Dag 19-21 Havanna

Med buss tillbaka till Havanna, staden som för många är synonymt med bilden av Kuba – slitna fasader, 50-talsbilar och barer där det känns som att tiden stått stilla. Här väntar en dagsutflykt i Hemingways fotspår. Upptäck även Habana Viejas historiska gränder. Här avslutas resan.

| Dagar | Deltagare |         | Enkelrum      | Reseledare                                                                          |
|-------|-----------|---------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 21    | 6 - 14    |         | 4 000 kr      |                                                                                     |
|       | Start     | Avslut  | Pris          |  |
| 2016  | 24 okt    | 13 nov  | 20 800 kr     |                                                                                     |
|       | 20 dec    | 9 jan   | 20 800 kr     |                                                                                     |
| 2017  | 7 mars    | 27 mars | 21 600 kr     |                                                                                     |
|       | 12 okt    | 1 nov   | ring för pris |                                                                                     |

**Eva Garcia**  
Född 1979. Utbildad inom kommunikationsvetenskap och arbetar med olika filmprojekt. Bor med sambo och dotter i Havanna. Började arbeta för oss 2008.







Musiken finns överallt på ön. Foto: Jörgen Påborn

## Möt Kubas musikliv

Hur kommer det sig att Kuba fött så många begåvade musiker och skapat så mycket minnesvärd musik? På den här specialresan söker du svaren genom möten med människor. På resan tvärs över ön upplever du musik som salsa, son, mambo, cha-cha-cha och latin jazz. Du besöker replokaler, jazzklubbar och musikskolor. Du besöker även historiska platser och natursköna områden.

### Dag 1-2 Havanna, Kubas kulturella hjärta

Alla Kubas musiktraditioner går att finna här i landets kulturella hjärta. Du bekantar dig med den kubanska musiken och utforskar dess afrikanska rötter. Havanna erbjuder ett brett spektrum av musikklubbar, passa på att besöka den trevliga jazzklubben "La zorra y el cuervo". Vandra längs Malecón i solnedgången eller i Habana Viejas historiska gränder.

### Dag 3-5 Baracoa – Kubas äldsta stad

Flyg till Baracoa, Kubas äldsta stad och platsen där

Columbus gick i land år 1492. I möten med lokala musiker lär du dig om musikstilarna nengon och kiriba. Du besöker även ett musikprojekt för att bevara den gamla musikstilen décima (Kubas countrymusik). Baracoa är en trevlig stad att strosa omkring i – besök självständighetsparken Parque de la Independencia och prova den lokala chokladen på något fik. Baracoa ligger i ett naturskönt område och det finns goda möjligheter till bad och kortare vandringar.

### Dag 6-8 Son i Santiago de Cuba

Buss till Santiago de Cuba, Kubas andra stad som har en stark afrokubansk identitet. Santiago har fostrat många av Kubas främsta musiker och du kan besöka jazzklubben Iris där unga populära band ofta uppträder. Du kommer att möta en grupp lokala musiker och se ett uppträdande i musikstilen son (som bl a salsan har sina rötter i). Salsa kommer du att prova på genom en danslektion en av dagarna.

Under juli månad äger ett av Kubas viktigaste kulturella evenemang "El Festival del Caribe" rum. Du kan ta del av det breda kulturella programmet, med bland annat musik och dans. I Santiago inleds revolutionen på 1950-talet och du kan besöka flera historiska platser.

### Dag 9 Bayamo – typisk kubansk småstad

Buss till småstaden Bayamo, med lugna gator, skuggiga torg och välbevarade kolonialhus. I staden där självständighetskampen mot spanjorerna inleddes får du bekanta dig med La Trova – Kubas egen trubadurtradition.

### Dag 10 Musik och konst i Camagüey

Med buss till Camagüey, som är en livlig universitetsstad och Kubas tredje största stad med 300 000 invånare. Njut av de koloniala byggnaderna, de smala, labyrintiska gatorna och det pulserande gatulivet. Stadens välbevarade historiska centrum är numera ett världsarv.

### Dag 11-12 Kolonialstaden Trinidad

Charmiga Trinidad är Kubas bäst bevarade kolonialstad med kullerstengator och hus i starka färger. Trinidad erbjuder många bra dansskolor och här kommer du att ta din andra salsalektion. Du får tid att koppla av och goda möjligheter att använda dig av dina nyvunna kunskaper om kubansk musik, ute på dansgolvet. Gör en utflykt till nationalparken Topes de Collantes för en kortare vandringstur eller besök någon av de vackra stränderna i närheten.

### Dag 13-14 Buss till Havanna

Med buss till Havanna. Här avslutas resan.

| Dagar | Deltagare |         | Enkelrum      | Reseledare                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------|-----------|---------|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 14    | 4 - 16    |         | 2 900 kr      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|       | Start     | Avslut  | Pris          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 2017  | 23 mars   | 5 april | 16 800 kr     |  <p><b>Eva Garcia</b><br/>Född 1979. Utbildad inom kommunikationsvetenskap och arbetar med olika filmprojekt. Bor med sambo och dotter i Havanna. Började arbeta för oss 2008.</p> <p><b>Brenda Besada</b> leder också den här resan.</p> |
| 2017  | 29 juni   | 12 juli | 16 800 kr     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|       | 23 nov    | 6 dec   | ring för pris |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|       | 28 dec    | 10 jan  | ring för pris |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |





# TANKAR EFTER RESAN



## Siv och Sture, Örnsköldsvik

Senaste resa: Nordöstra Indien

Läs & Res är ett prisvärt reseföretag med resor till intressanta länder och kunniga inhemska reseledare. Den viktigaste delen under resorna är möten med det dagliga livet, de vänliga människorna och deras stora gästfrihet. Resorna med Läs & Res har gett oss många fantastiska och unika upplevelser som blivit minnen för livet.



## Anders, Partille

Senaste resa: Bolivia

Jag reser med Läs & Res eftersom man inte bara ser sevärdheterna utan också kommer nära vanliga människor. Man får chansen att upptäcka att världen inte ser ut som på TV och de lokala guiderna tar dig till platser och möten som du minns för livet. Det bästa med Boliviareisan var vandringen på Inkaleden som gick på urgamla stigar genom vacker natur. Som barn var jag tvungen att drömma om resor med hjälp av böcker och kartor. Nu tar jag chansen att se hur det ser ut i verkligheten.

## Jenny, Älvsjö

Senaste resa: Närmare Tibet

Det är viktigt för mig att jag genom min resa kan stödja en positiv lokal utveckling och samtidigt uppleva fantastiska saker, få möjlighet att möta människor och besöka platser som jag inte fått tillgång till på egen hand. Att möta barnen på Tibetan Children's Village berörde mig starkt. En sådan här resa gör att världen kommer lite närmare.



## Jessica, Knivsta

Senaste resa: Vandra i Tanzania

Jag reser för att jag är nyfiken på världen, vill uppleva storslagen natur och ta del av vardagen i ett annat land. För mig är det viktigt att researrangören är seriös och bidrar till en hållbar turism och jag upplever att Läs & Res är genuina och vill gynna den lokala ekonomin. Det bästa under resan var bestigningen av Kilimanjaro och att träffa människorna i Tanzania.



## Johanna, Luleå

Senaste resa: Djungelresan

Mamma och pappa valde Läs & Res och jag tycker att det var ett bra val! Det är kul att resa med familjen och upptäcka nya saker. Det bästa på resan var att bada och snorkla på Perhentian Island och att träffa aporna förstås. Det var en jätterolig upplevelse och jag fick nya vänner både från Sverige och Malaysia. Smaka frukten rambutan, den är supergod!



# RES MED LÄS & RES - SÅ FUNKAR DET

## Hur bokar du?

Enklast bokar du resan på vår hemsida. Klicka på fliken **Datum & priser** för den aktuella resan. Du kan också ringa oss på telefon 08-452 96 96.

Du som vill klimatkompensera din resa kan läsa mer på vår hemsida [www.lasochres.se](http://www.lasochres.se)

## Vad händer när du bokat?

- Du får faktura på anmälningsavgiften som ska vara betald inom 14 dagar.
- När anmälningsavgiften är betald skickar vi ut bokningsbekräftelse och informationspaket.
- Cirka två månader innan avresa får du slutfaktura och deltagarlista. Skall du på en resa där visum krävs får du din visuminformation i det här utskicket.
- Cirka tre veckor innan avresa får du slututskick med kontaktuppgifter till hotell och reseledare.
- Om visum ingår i resan får du ditt viserade pass hemskickat ungefär en vecka innan avresa.

## Vad ingår i resans pris?

- Kvalificerad reseledning under hela resan
- Hotell eller annan inkvartering under hela resan
- Samtliga transporter under hela resan
- Mat när det inte finns tillgång till restauranger, exempelvis vid byvister, vandringar, båtturer etc
- Entréavgifter vid de aktiviteter som ingår i resplanen
- Visum som söks i eller från Sverige
- Alla formella tillstånd, obligatoriska skatter och avgifter
- Dricks för de aktiviteter som ingår i resans pris
- Informationspaket

## Vad ingår inte i resans pris?

- Internationellt flyg
- Mat på platser där det finns tillgång till restauranger
- Utflykter som görs på eget initiativ utanför resplanen
- Dricks vid aktiviteter som inte ingår i resans pris
- Visum som erhålls vid ankomst till resmålet



## Att boka flyg

Det internationella flyget ingår inte i våra priser. Anledningen är att din resa blir mer flexibel när du bokar ditt flyg själv. Du kan själv påverka dina flygtider, din avreseort och inte minst priset. Jämfört med branschens vanliga gruppbokningar blir dina totala reskostnader lägre.

## När kan du boka ditt flyg?

Varje resa har ett minsta antal deltagare för att den skall kunna bekräftas, vanligtvis handlar det om 4-6 personer. Vi meddelar alltid dig som är anmäld på en resa per e-post när en resa blir bekräftad. Då kan du boka ditt flyg.

Du kan även se på vår hemsida när en resa är bekräftad. Gå in under **Datum & priser** på respektive resa som du är anmäld till eller intresserad av. Där kommer du att se ett av följande alternativ:

\* Ja, du kan boka flyg nu

\* Nej, vänta med att boka flyg

## Var och när börjar resan?

Resan börjar vanligtvis på vårt boende på samlingsorten Dag 1. Du kan oftast komma när du vill under resans första dag. Kommer du sent bör du meddela oss. Cirka tre veckor innan resans start skickar vi ut resans slututskick där du får kontaktuppgifter till hotell och reseledare. Här finns även information om hur du tar dig från flygplatsen till samlingshotellet. Kommer du innan resan börjar kan vi hjälpa dig att boka extranätter på samlingshotellet.

## När slutar resan?

Den dagen resan avslutas kan du påbörja din hemresa. Vill du stanna kvar efter resan så hjälper vi dig att boka extranätter.

## Specialresor

Passar inte datumen för våra resor dig? Vill ni ha en gruppresa speciellt anpassad för era intressen? Vi kan arrangera resor där du själv bestämmer avresedatum. Vi kan även skraddarsy resor för dig och din grupp. Kontakta oss eller besök [www.lasochres](http://www.lasochres.se) för mer information.



# VÅRA VILLKOR

## Resegaranti

Lagenlig resegaranti är ställd till Kammarkollegiet.

## Anmälningsavgift

Anmälningsavgiften är 2000 kr på de flesta av våra resor. På resor med stora förutbetalda kostnader är anmälningsavgiften 4000 - 8000 kr för vuxna och 2000 - 4000 kr för barn. Anmälningsavgiften skall vara betald senast 14 dagar efter anmälan. Vid bokning mindre än 60 dagar innan resan startar skall anmälningsavgiften betalas omgående. Din anmälan är bindande när inbetalning av anmälningsavgiften har skett.

## Minimiantal deltagare

På vår hemsida anges respektive resas minimiantal av anmälda resenärer för att vi skall kunna bekräfta och genomföra resan.

## Att boka flyg

På vår hemsida kan du se när en resa är bekräftad. Först då kan du boka flyg. Om vi tvingas ställa in en resa som redan är bekräftad ersätter vi avbokningskostnaderna för ditt flyg (gäller dock inte om vi måste ställa in en resa på grund av så kallad force majeure, se stycket inställd resa). Om du bokat flyg trots att resan inte är bekräftad, ersätter vi inga kostnader för din egen avbokning av flyg. Samling sker under dag 1 på vårt boende på samlingsorten. Den dagen då resan avslutas kan du påbörja din hemresa.

## Slutbetalning

Slutbetalning skall vara erlagd 40 dagar före resans startdatum. Vi skickar slutfaktura cirka 60 dagar innan resans startdatum.

## Stamkundsrabatt

Vi har en stamkundsrabatt som innebär att du får 500 kr i rabatt redan från din andra resa med oss. Från och med din 5:e resa får du 1000 kr i rabatt.

## Boka-tidigt-rabatt

Samtliga anmälningar upp till minimiantalet för respektive resa får 700 kr i rabatt. Minimiantalet varierar från resa till resa och framgår på bokningssidan för respektive resa.

## Under 20-rabatt

Barn eller tonåring som på resans startdag ej har fyllt 20 år får en rabatt på 2000 kr. För våra familjeresor gäller särskilda villkor: barn som på dagen för resans start ännu ej har fyllt 12 år betalar barnpris på en familjeresor. För den som har fyllt 12 år, men ej 20 år, gäller vuxenpris på familjeresorna. I detta fall utfaller "under 20-rabatten" på 2000 kr.

## Resplan

Aktuell resplan för varje resa finner du på vår hemsida. Resornas karaktär gör det dock omöjligt att på förhand garantera en exakt resplan.

Resplanen för respektive resa är därför preliminär. Vi förbehåller oss rätten att göra ändringar av resan, på grund av tvingande omständigheter eller i syfte att förbättra resan.

## Priser och villkor

De priser som anges på vår hemsida för aktuella resor gäller tills vidare. Vi förbehåller oss rätten att korrigera priset på resan vid större förändringar av resans kostnader, exempelvis högre kostnader för inrikesflyg eller vid större förändringar av valutakurser. Eventuella förändringar av priset skall meddelas resenären senast i samband med slutfakturerings, det vill säga ca 60 dagar innan resans startdatum. Prishöjningen kan aldrig komma att överstiga 8 % av resans pris. Om en prishöjning sker har du rätt att avboka din resa utan avbokningsavgift.

## Enkelrumstillägg

Det angivna enkelrumstillägget gäller för eget rum på hotell och i tält. I samband med byboende, övernattnings på båtar eller tåg kan enkelrum oftast inte erbjudas. Enkelrum bör bokas samtidigt som resan och erbjuds i mån av plats. Observera att enkelrumstillägget skall vara specificerat på din slutfaktura eller på separat tilläggsfaktura för att bokningen skall gälla.

## Avbokning av resa

Vid avbokning av resa gäller följande:

- Avbokning tidigare än 60 dagar före resans startdatum: Resenären betalar en avbokningsavgift på 500 kr (200 kr för barn under 12 år) samt kostnaden för utskickat informationspaket (300 kr). Resterande anmälningsavgift återbetalas.
  - Avbokning 60-31 dagar före resans start: Anmälningsavgiften är förverkad.
  - Avbokning 30-15 dagar före resans start: resenären betalar 50 % av resans pris.
  - Avbokning mindre än 15 dagar innan resans start: resenären betalar 100 % av resans pris.
- Avbokning skall göras på telefon 08-452 96 96 eller på e-post: [info@lasochres.se](mailto:info@lasochres.se).

För skräddarsydda resor gäller särskilda avbokningsregler. Dessa meddelas vid bokning.

## Avbeställningsskydd

Vi rekommenderar starkt att du tecknar ett avbeställningsskydd. Du kan göra ett tillägg i din hemförsäkring eller köpa en separat avbeställningsförsäkring. Tänk på att noga kontrollera villkoren om du väljer att teckna ett avbeställningsskydd genom ett betal-/kreditkortsföretag.

## Reseförsäkring

Du måste ha en försäkring som ger fullgott skydd vid sjukdom, olycksfall samt täcker kostnader för eventuell hemtransport. Detta är ett villkor för deltagande i resan. Ta med en kopia på försäkringsbeviset på resan.

## Visum och pass

Pass krävs för samtliga av våra resor. Passet skall vara giltigt minst sex månader efter avslutad resa och innehålla minst 2 tomma sidor. Kontrollera att ditt pass är helt. Om du vid resans start saknar godkänt pass samt eventuellt visum för aktuell resa sker ingen återbetalning. När vi ordnar visum måste du lämna ansökningshandlingar och pass till oss senast på angivet datum. För visering som inkommit till oss senare än angivet datum tar vi ut en hanteringsavgift på 500 kr plus eventuella merkostnader. Vi tar inte ansvar för att sent inkomna pass hinner visas. Ditt viserade pass returneras till dig cirka en vecka innan resan startar. Om du av någon anledning behöver ditt pass tidigare måste du komma överens med oss om detta i god tid. För separat visering tar vi ut en hanteringsavgift på 500 kr plus eventuella merkostnader. Du kan också välja att ordna visum själv.

## Kontroll av färdhandlingarna

Resenären är skyldig att själv kontrollera eventuella biljetter och visum så snart de erhålls. Eventuella felaktigheter skall påtalas till Läs och Res omgående.

## Inställd resa

Vi kan ställa in en resa om minsta antal deltagare ej uppnås. De som bokat och betalat anmälningsavgift till en resa som vi måste ställa in på grund av för få anmälda, återfår anmälningsavgiften utan avdrag. Om du har bokat flyg trots att resan ej är bekräftad, ersätter vi inga kostnader för avbokning av eget flyg. Vi förbehåller oss också rätten att ställa in en resa på grund av force majeure. Med force majeure menas exempelvis naturkatastrof, krigshandling eller strejk; händelser som har en genomgripande påverkan och inte kunnat förutses.

## Lokala regler, lagar och sedvänjor

Resenären är skyldig att rätta sig efter och respektera på platsen gällande regler, lagar och sedvänjor, samt visa respekt och gott uppträdande mot såväl medresenärer, reseledare som lokalbefolkningen. Vid upprepade eller grova överträdelse mot detta förbehåller vi oss rätten att avstänga resenären från resan.

## Reklamation

Är du missnöjd med din resa skall du omgående framföra dina klagomål till din reseledare eller ringa till Läs och Res i Stockholm. På det sättet får vi möjlighet att åtgärda eventuella felaktigheter direkt. Eventuell reklamation ska göras skriftligen till Läs och Res senast två månader efter hemkomst.

## Arrangör:

Läs & Res Norden AB  
Lundagatan 27  
117 27 Stockholm  
Organisationsnummer: 559029-0317  
Bankgiro: 958-5464



# Samtliga resor – 2016/2017



## Resor 2016

### Juni

- 13 Tanzania
- 22 Mexiko

### Juli

- 5 Mongoliet
- 10 Djungelresan
- 15 Expedition Meru
- 17 Yunnan och Sichuan
- 22 Spitidalen – Himalayas juvel
- 30 Madagaskar

### September

- 18 Vandra i Atlasbergen
- 24 Norra Vietnam
- 28 Great Himalayan Trail

### Oktober

- 4 Iran
- 9 Med tåg och båt genom Burma
- 9 Jalan Java
- 9 Vandra i Kina
- 11 Kuba
- 12 Vandra i Tanzania
- 14 Cykla i Vietnam
- 16 Vandrings i östra Nepal
- 18 Madagaskars Regnskogar
- 21 Peru
- 23 Kambodja- Laos -Vietnam
- 24 Cykla på Kuba
- 26 Costa Rica & Nicaragua
- 27 Peking till Shanghai
- 30 Nordöstra Indien
- 31 Nya Guinea

### November

- 2 Västra Indien
- 4 Bolivia
- 5 Burma
- 5 Madagaskar
- 5 Vandra i Vietnam och Laos
- 6 Vandrings i östra Nepal

- 10 Anderna, Amazonas och Galápagos
- 11 Guatemala & Belize
- 14 Vandra i Etiopien
- 19 Ghana
- 19 Vietnam från norr till söder
- 20 Södra Indien

### December

- 11 Anderna, Amazonas och Galápagos
- 15 Tanzania
- 18 Södra Indien
- 18 Stora Kamelresan
- 18 Cykla i Burma
- 20 Mexiko
- 20 Cykla på Kuba
- 21 Natur i Sydasien
- 22 Burma
- 22 Marocko
- 23 Mekongdeltats pärlor
- 23 Cykla i Kerala
- 27 Kuba
- 27 Sydindiens smaker
- 29 Kambodja

## Resor 2017

### Januari

- 22 Södra Indien
- 22 Burma

### Februari

- 1 Costa Rica & Nicaragua
- 2 Cykla i Burma
- 3 Natur i Sydasien
- 4 Laos
- 6 Vandra i Etiopien
- 6 Tanzania
- 6 Ecuador
- 9 Colombia
- 12 Kambodja-Laos-Vietnam
- 16 Kuba
- 17 Guatemala & Belize

- 19 Med tåg och båt genom Burma
- 20 Nya Guinea

### Mars

- 5 Peking till Shanghai
- 6 Marocko
- 7 Vandrings i östra Nepal
- 7 Cykla på Kuba
- 12 Nordöstra Indien
- 17 Peru
- 23 Musiken på Kuba
- 25 Vietnam från norr till söder
- 31 Bolivia
- 31 Sidenvägen i Kina

### April

- 1 Madagaskar
- 1 Öster om Bali
- 9 Iran
- 18 Vandra i Atlasbergen

### Juni

- 10 Madagaskar
- 11 Vandra i Tanzania
- 18 Södra Indien
- 21 Mexiko
- 29 Musiken på Kuba

### Juli

- 1 Mekongdeltats pärlor
- 5 Mongoliet
- 9 Djungelresan
- 9 Öster om Bali
- 16 Östra Tibet
- 17 Expedition Meru
- 23 Spitidalen – Himalayas juvel

### September

- 26 Vandra i Atlasbergen
- 30 Great Himalayan Trail

### Oktober

- 1 Norra Vietnam
- 2 Tanzania
- 3 Iran

- 6 Peru
- 7 Jalan Java
- 8 Med tåg och båt genom Burma
- 8 Vandra i Kina
- 12 Cykla på Kuba
- 17 Madagaskars Regnskogar
- 18 Vandrings i östra Nepal
- 19 Kuba
- 22 Cykla i Vietnam
- 22 Kambodja-Laos-Vietnam
- 29 Nordöstra Indien
- 30 Ecuador
- 30 Nya Guinea

### November

- 1 Costa Rica & Nicaragua
- 1 Västra Indien
- 3 Bolivia
- 4 Madagaskar
- 5 Burma
- 6 Marocko
- 7 Vandra i Vietnam och Laos
- 8 Vandrings i östra Nepal
- 11 Ghana
- 13 Vandra i Etiopien
- 17 Guatemala & Belize
- 18 Vietnam från norr till söder
- 18 Kambodja
- 19 Södra Indien
- 23 Musiken på Kuba
- 27 Ecuador

### December

- 17 Cykla i Burma
- 17 Cykla i Kerala
- 17 Natur i Sydasien
- 17 Stora Kamelresan
- 20 Vandra i Tanzania
- 21 Burma
- 21 Kuba
- 22 Mekongdeltats pärlor
- 22 Södra Indien
- 27 Mexiko
- 28 Musiken på Kuba



# www.lasochres.se

På vår hemsida hittar du uppdaterad information gällande datum, priser, platstillgång samt nyheter. Du hittar detaljerade resplaner och praktisk information för samtliga resor.

Vi anordnar resekvällar i Stockholm och ute i landet. Håll dig uppdaterad genom att prenumerera på vårt nyhetsbrev. Registrera dig på vår hemsida.

För att beställa reselakan, värdebälten och presentkort – besök vår nätbutik:  
[www.lasochres.se/Butik](http://www.lasochres.se/Butik)

## Kontakta oss!

Läs & Res  
Lundagatan 27, 117 27 Stockholm  
Tel: 08-4529696  
E-post: [info@lasochres.se](mailto:info@lasochres.se)  
 [www.facebook.com/LasResAB](https://www.facebook.com/LasResAB)

Besök oss gärna på vårt nya kontor!  
Öppettider: Mån-tors 10-18, fre 10-16



## Läs & Res